

UNIVERSIDADE DE COIMBBRA

FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA



RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO

ANDRÉ COELHO LUÍS

COIMBRA

2011

UNIVERSIDADE DE COIMBBRA

FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA

RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO

Relatório Final de Estágio apresentado à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física – Universidade de Coimbra, para cumprir os requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário, realizado sob a orientação científica da Dr^a Elsa Maria Ferro Ribeiro Silva da FCDEF – UC e co-orientação do professor Luís Miguel Oliveira Santos Morgado do Centro de Estudos de Fátima. Esta obra deve ser citada como: Luís, A. (2011) “*Relatório Final de Estágio*”. Coimbra: FCDEF - UC

ANDRÉ COELHO LUÍS

COIMBRA

2011



AGRADECIMENTOS

Agradeço em primeira instância ao Centro de Estudos de Fátima, à sua direcção e aos seus professores, em particular aos do Grupo de Educação Física, pela forma como me receberam e me ajudaram a consumir mais uma etapa da minha formação.

Agradecimento devido ao orientador de escola, o professor Luís Morgado, pela paciência, pelo acompanhamento constante, pela supervisão pedagógica colocada a cada observação de aula e a cada documento elaborado, funcionando como um exemplo de profissionalismo e de trabalho que pretendo seguir como modelo. À orientadora de Faculdade, a professora Elsa Silva, pelos conhecimentos transmitidos nas suas observações e pela simplicidade que demonstrou perante o grupo de trabalho e ainda aos meus colegas do Núcleo de Estágio, pela ajuda possível que puderam dar na superação de alguns obstáculos individuais e de grupo, principalmente ao meu companheiro Paulo Sérgio pela relação de entreajuda, de persistência e de amizade, que me ajudou a nunca desistir e a fazer sempre melhor, ao longo de dois anos.

Um obrigado especial aos meus alunos da turma do 12ºB pela sua conduta exemplar e pelo respeito que sempre mostraram, além da relação humana que ficou e que vou guardar para toda a vida.

Por fim, o agradecimento final vai para a Lila por toda a paciência e dedicação demonstradas em todos os momentos, para a minha família, por me terem apoiado a todos os níveis e para os meus amigos que sempre me deram a força para ir mais além.

A todos, o meu muito obrigado!



Palavras-Chave: Processo educativo, diferenciação, regulação, intervenção pedagógica e avaliação.

Resumo

No âmbito do investimento no processo formativo individual, este Estágio Pedagógico surge, associado à formação profissional, através do contacto directo com uma realidade de ensino realizado com uma turma do 12º ano de escolaridade.

O objectivo, seguindo as linhas orientadoras do processo educativo proclamado, visava o desenvolvimento de competências essenciais para a formação enquanto docente. No entanto, o Processo de Ensino-Aprendizagem (PEA) teve a preocupação de se centrar no aluno, partindo dos seus interesses e das suas necessidades, tentando desenvolver uma intervenção correcta e eficaz na acção educativa, através da aplicação directa dos conhecimentos, permitindo deste modo adequar os processos formativos de forma “única” e significativa.

De um modo geral é importante perceber que as decisões do professor têm um impacto particular sobre cada aluno e neste documento assume-se a negação do trabalho sob as “massas”, sem diferenciação do ensino, que não permita uma evolução sustentada do aluno enquanto indivíduo inserido numa turma mais ou menos homogénea.

Através das percepções realizadas pelo Núcleo de Estágio (NE), orientador de escola, Grupo de Educação Física (GEF) e segundo os diferentes níveis de interpretação do Programa Nacional de Educação Física (PNEF), a diferenciação dos objectivos, dos conteúdos, da gestão do tempo, da rotação dos espaços, das estratégias, da diferenciação dos grupos de nível, parecem ter convergido para o sucesso da Intervenção Pedagógica agora relatada. A regulação dos processos de formação, e consequentemente, a avaliação é vista como parte integrante do PEA, porque só desta forma é possível promovê-lo. Este documento é o relatório de um percurso de aprendizagem em estágio.



Keywords: Educational process, differentiation, regulation, educational intervention and evaluation.

Abstract

Under the investment in the individual training process, this Teacher Training arises, coupled with vocational training, through direct contact with a reality of education conducted in a 12th grade classroom.

The aim, following the guidelines of the educational process proclaimed, aimed the developing of core competencies for training as teacher. However, the Teaching-Learning Process (TLP) took care to focus on the student, building on their interests and needs, trying to develop an appropriate and effective intervention in educational action, through direct application of knowledge, thus allowing the adaptation of formative processes in a “single” and significant form.

Generally, it is important to realize that the decisions of the teacher have a particular impact on each student and this document assumes that the denial of work under the "masses" without differentiation of teaching, which does not enable sustained development of the student as an individual inserted in a class more or less homogeneous.

Through the perceptions held by the Center Stage (CE), school counselor, Physics Education Group (PEG) and according to different levels of interpretation of the National Programs of Physical Education (NPPE), differentiation of the objectives, content, time management, the rotation of the spaces, strategies, differentiation of the level groups, seem to have converged to the success of the Educational Intervention now reported. The regulation of formation processes, and therefore the evaluation is seen as an integral part of the TLP, because only this way can promote it. This document is the report of a journey of learning from the teacher training.



Índice

Introdução	1
CAPÍTULO I - DESCRIÇÃO	2
1. Expectativas e Opções Iniciais em Relação ao Estágio (PIF)	2
1.1 Contexto.....	2
1.2 Projecto Individual de Formação (PIF).....	3
1.2.1 Expectativas	3
1.2.2 Objectivos e Formas de os Atingir	4
1.2.3 Objectivos do PIF.....	5
2. Descrição das Actividades Desenvolvidas	7
2.1 Planeamento	7
2.1.1 Plano Anual de Turma.....	8
2.1.2 Planificação Anual	9
2.1.3 Planificação por Período	10
2.1.4 Unidades Didácticas	11
2.1.5 Planos de Aula.....	11
2.2 Realização	13
2.2.1 Instrução	14
2.2.2 Gestão Pedagógica	15
2.2.3 Clima/Disciplina.....	15
2.2.4 Decisões de Ajustamento	16
2.3 Avaliação	17
2.3.1 Avaliação Diagnóstica.....	17
2.3.2 Avaliação Formativa	18
2.3.3 Avaliação Sumativa.....	18



2.4 Componente Ético-Profissional	21
3. Justificação das Opções Tomadas	22
CAPÍTULO II - REFLEXÃO GERAL	24
1. Ensino-Aprendizagem	24
1.1 Aprendizagens Realizadas como Estagiário	24
1.1.1 Planeamento	24
1.1.2 Gestão Temporal	24
1.1.3 Estratégias de Aprendizagem	25
1.1.4 Estilo de Ensino Inclusivo	25
1.1.5 Planos de Aula	26
1.1.6 Testes Escritos	26
1.1.7 Avaliação - Registos	27
1.2 Compromisso com as Aprendizagens dos Alunos	27
1.3 Inovação nas Práticas Pedagógicas	29
2. Dificuldades e Necessidades de Formação	30
2.1 Dificuldades Sentidas e Formas de Resolução	30
2.1.1 Dificuldades na Avaliação	30
2.1.2 Dificuldades na Leccionação	31
2.2 Dificuldades a Resolver no Futuro ou Formação Contínua	32
3. Ética Profissional	34
3.1 Capacidade de Iniciativa e Responsabilidade	34
3.2 Importância do Trabalho Individual e de Grupo	34
3.2.1 Trabalho Individual	34
3.2.2 Trabalho de Grupo	35
4. Questões Dilemáticas	37



4.1 Blocos vs Etapas	37
4.2 Diferenciação Pedagógica.....	37
4.3 Processo Avaliativo	38
4.4. Compromissos Profissionais vs Estágio	39
5. Conclusões Referentes à Formação Inicial.....	40
5.1 Impacto do Estágio na Realidade do Contexto Escolar	41
5.2 Prática Pedagógica Supervisionada	41
5.3 Experiência Pessoal e Profissional	42
Conclusão	44
Referências Bibliográficas.....	45
Anexos	46

Índice de Tabelas

Tabela 1. Planificação por Modalidades, GEF do CEF – 2010/2011.....	9
Tabela 2. Organização dos Espaços no CEF	10
Tabela 3. Rotação dos Espaços por professor(es)	10
Tabela 4. Critérios de Avaliação do Secundário	20
Tabela 5. Parâmetros de Avaliação do Domínio Sócio-Afectivo.....	20



Lista de Abreviaturas

CEF – Centro de Estudos de Fátima;

EF – Educação Física;

GEF – Grupo de Educação Física;

NE – Núcleo de Estágio;

PEA – Processo de Ensino-Aprendizagem;

PIF – Projecto Individual de Formação;

PNEF – Programas Nacionais de Educação Física;

UD – Unidade(s) Didáctica(s).



Introdução

Este documento entronca num *relato* que se encontra enquadrado no âmbito da Unidade Curricular *Estágio Pedagógico*, inserida na Dimensão 1 - Actividades de Ensino-Aprendizagem do Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário, proposto pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, realizado no Centro de Estudos de Fátima (CEF). Para o efeito, vem o aluno em referência, apresentar o respectivo *Relatório de Estágio*.

O *Relatório de Estágio* procura evidenciar as aprendizagens alcançadas no âmbito do Estágio Pedagógico, estruturando-se segundo dois eixos fundamentais, a descrição dos procedimentos utilizados, com as expectativas, as actividades e a justificação das opções tomadas e, por fim, a reflexão, com a adequação do PEA, as dificuldades sentidas e as necessidades de formação, a dimensão ético-profissional, as questões dilemáticas e as conclusões referentes à formação inicial.

A realização deste relatório pretende abranger um conjunto de experiências e aprendizagens adquiridas ao longo do ano lectivo de 2010/2011. Várias foram as experiências adquiridas, unidades curriculares promovidas, aprendizagens consolidadas, formações efectuadas, actividades dinamizadas, que foram complementando dois anos de formação específica da minha vida profissional, enquanto docente de Educação Física (EF).

Este relatório funciona como reflexo da experiência, adquirida depois de um ano de leccionação no CEF a uma turma do 12º Ano, através de um balanço construtivo constante, reflexivo nas acções por mim tomadas, fossem elas positivas ou negativas. Estes balanços e reflexões serão expostos através da apresentação clara, sucinta e objectiva, sempre em consonância com o dossier de estágio que clarifica, pormenorizadamente, a incumbência de todo o *Estágio Pedagógico*.

Neste documento procura-se dar visibilidade aos processos que promovem o valor educativo da actividade física pedagogicamente orientada para o desenvolvimento multilateral e harmonioso dos alunos da turma do 12ºB do CEF.



CAPÍTULO I - DESCRIÇÃO

1. Expectativas e Opções Iniciais em Relação ao Estágio (PIF)

1.1 Contexto

Vindo de uma formação na licenciatura fora do ensino, mas na área do Desporto, mais concretamente na área da Condição Física e com o impulso do Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário, promovido pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, optei por enveredar por este caminho na minha formação. A entrada no *Mestrado* e particularmente no *Estágio Pedagógico* entronca no trabalho pessoal de alguns anos ligado à área do Desporto, do qual sentia algum vazio, tendo em conta o “fecho” de algumas portas que se me deparavam no que à oferta de emprego diz respeito.

Inicialmente, as minhas expectativas para a realização do 3º e 4º semestre deste *Mestrado* eram elevadas, orientadas para um objectivo específico de evoluir exponencialmente de forma pessoal e enquanto docente (experiência de alguns anos nas Actividades Extra-Curriculares do 1º Ciclo na disciplina de Actividade Física Desportiva) nos três grandes grupos de competências, a concepção, as competências de realização e as competências de avaliação, bem como, sentir-me parte integrante de um processo de formação na escola enquanto professor de EF, processo esse que sempre pensei não se esgotar na leccionação das aulas e na sua envolvência, facto que vim a confirmar.

Com o corpo de conhecimentos adquiridos e as aprendizagens proporcionadas no âmbito do Mestrado, a convicção de que era possível poder evoluir e aumentar o meu “leque” formativo de uma forma generalizada e muito mais abrangente, cresceu e trouxe-me a confiança necessária para poder ser ambicioso na definição dos objectivos para a realização do *Estágio Pedagógico*.

Deste modo, passo a apresentar as expectativas e os objectivos iniciais que me propus alcançar nesta Unidade Curricular, descritos no Projecto Individual de Formação (PIF), formulado no início do ano lectivo de 2010/2011.



1.2 Projecto Individual de Formação (PIF)

1.2.1 Expectativas

Tal como foi referido em 1.1, após alguns anos de leccionação nas Actividades Extra-Curriculares do 1º Ciclo na disciplina de Actividade Física Desportiva e com o mercado de trabalho a fechar-se para mim na área do ensino, encarava a entrada num regime completamente distinto daquele que já tinha experienciado com a percepção de que a escola que tinha deixado, enquanto aluno no início do milénio, tinha mudado muito em 2010/2011 no contexto da EF.

As expectativas específicas iniciais em relação a este estágio foram sendo construídas na minha ideia, desde o início, e algumas dúvidas “assaltavam-me” relativamente aquilo que iria encontrar. Ainda assim pude perceber alguns pontos que pretendia ver alcançados em contexto prático de estágio e que passo a citar de acordo com o PIF:

- Aquisição de experiência ao nível da planificação;
- Aquisição de experiências e conhecimentos na construção de exercícios nas modalidades leccionadas;
- Estabelecer um planeamento que correspondesse o mais possível às necessidades da turma, contribuindo para a sua evolução e consequentemente evoluir também individualmente enquanto docente;
- Perceber a elaboração de planos de aula realistas e conseguir gerir o tempo de aula para que o tempo em tarefa seja equilibrado em cada exercício;
- Adoptar estratégias de ensino adequadas às necessidades da turma;
- Criar situações que permitam responder aos vários níveis existentes na turma, motivando os alunos para a prática;
- Perceber o sistema de avaliação de uma turma e a adequação de cada UD.
- Perceber a dinâmica interna da escola e as tarefas associadas ao cargo de professor de EF.

Neste contexto, face ao estágio, eu apresentava dois estados de espírito diferentes. Por um lado sentia-me entusiasmado com a possibilidade de poder viver uma experiência



muito enriquecedora a nível formativo. Por outro lado sentia algum receio pelo “grande” desafio que se me estava a deparar e com o qual nunca tinha tido contacto. De uma forma global, considerava-me motivado para aprender e adquirir competências em todos os domínios do perfil de desempenho docente, sabendo de antemão que a posição de estagiário me poderia trazer algumas dificuldades na conciliação das tarefas subjacentes com a minha actividade profissional.

1.2.2 Objectivos e Formas de os Atingir

Em conformidade com o previsto nas deliberações da Unidade Curricular - *Estágio Pedagógico*, do Mestrado em causa, propus-me a atingir bons resultados em todas as áreas associadas ao mesmo, não tanto pela experiência adquirida ao longo da minha prática educativa, mas principalmente pela ambição que tenho e pelo gosto de querer fazer mais e melhor ao nível dos meus conhecimentos relativamente ao ensino. Assim sendo, projectei um conjunto de objectivos específicos de formação que passo a citar e que me guiaram ao longo do ano lectivo de 2010/2011.

- Realizar os planos de aula, de etapa/unidade, e planos de turma com o apoio do NE e orientador da escola.
- Aplicar o protocolo de avaliação inicial definido pelo NE para determinar o nível em que se encontram os alunos da turma e homogeneizar a avaliação relativamente aos outros estagiários e às turmas em que estes leccionam;
- Definir o caminho mais correcto a percorrer, tendo em conta os resultados da avaliação inicial e os objectivos terminais da turma;
- Expor e analisar as dúvidas e dificuldades surgidas, ao longo das aulas leccionadas, durante as reuniões com o orientador e os colegas de estágio;
- Melhorar e aperfeiçoar os planos de aula de forma a estarem perfeitamente adequados à realidade da turma, do espaço envolvente da aula e do tempo disponível;
- Aproveitar o feedback e sugestões dos colegas e do orientador, em resultado das observações efectuadas às minhas aulas, ajustando situações menos correctas;
- Organização da turma durante as sessões, no sentido de conseguir um elevado tempo de empenhamento motor, dinamizando estratégias para que isso se verifique;



- Organizar as sessões para que todos os alunos tenham igualmente a possibilidade de aumentar as suas competências;
- Proceder sempre da melhor forma na prevenção e remediação dos comportamentos fora da tarefa por parte dos alunos.

A adequação da minha prática docente aos níveis actuais de exigência do ensino, em conjunto com as experiências adquiridas, aumentou exponencialmente a minha formação profissional em todas as suas componentes, tais como as competências, a investigação, a crítica, a auto-crítica, etc.

A consecução destes objectivos significava melhorar o meu desempenho enquanto aspirante a profissional educativo, colocando-me em condições de identificar, de uma forma crítica e reflexiva, soluções que permitam resolver os problemas e as dificuldades que se me podem vir a deparar no exercício da profissão a que me proponho.

1.2.3 Objectivos do PIF

Na tentativa de implementar as acções estratégicas descritas em 1.2.2 e, de uma forma auto-crítica, para elevar o nível da minha intervenção pedagógica, defini objectivos iniciais, que pretendia ver alcançados no âmbito do *Estágio Pedagógico*, a saber:

- Prestar o serviço docente na turma designada;
- Reflectir sobre as práticas, apoiando-me na experiência, na investigação e em outros recursos do desenvolvimento profissional;
- Agir deontologicamente no âmbito da acção profissional e avaliar os efeitos das decisões tomadas;
- Assistir a aulas regidas pelo orientador, pelos restantes estagiários ou, por indicação do/s orientador/es, por outros professores do mesmo estabelecimento de ensino;
- Assessorar os trabalhos do cargo de Coordenador do DE e inteirar-me dos cargos e funções que podem ser desempenhados pelo professor de Educação Física;
- Realizar os trabalhos de que for incumbido pelos professores orientadores de acordo com a planificação aprovada pela regência;



- Organizar e manter actualizado o *dossier* de estágio, com boa apresentação e coerência dos conteúdos com o trabalho realizado;
- Manifestar capacidade de planear em grupo, cooperando com os colegas do NE, do GEF e de outros órgãos da escola, contribuindo para a promoção de um clima de cordialidade, respeito, inter-ajuda, manifestando sentido crítico, iniciativa, inovação, criatividade individual e responsabilidade profissional;
- Identificar e justificar o modelo de planeamento adoptado;
- Desenvolver o conjunto das decisões de planeamento de forma justificada, de modo a que formem entre si uma unidade pedagógica coerente;
- Identificar e justificar as estratégias de ensino a utilizar;
- Justificar os processos de avaliação, identificando os respectivos instrumentos, os parâmetros, critérios e as condições de utilização dos mesmos;
- Identificar e mobilizar os recursos numa perspectiva de optimização dos mesmos;
- Seleccionar e estruturar os conteúdos e as actividades de aprendizagem de forma didacticamente correcta, ajustada aos objectivos pedagógicos, à realidade do grupo-turma e aos recursos presentes na escola e na comunidade envolvente;
- Ajustar as decisões de planeamento, de forma justificada.

De referir ainda que o complemento das Unidades Curriculares previstas para o 3º e 4º Semestre, *Organização e Gestão Escolar* e *Projectos e Parcerias Educativas* que acompanharam directamente o *Estágio Pedagógico*, tornaram-se também referências importantes para a minha formação enquanto professor, visto que a assessoria efectuada ao longo do 1º período ao cargo de Coordenador do Desporto Escolar alargou os meus conhecimentos a este nível, tendo percebido a dinâmica imposta e as tarefas associadas. Já as actividades integradas na Unidade Curricular *Projectos e Parcerias Educativas*, tiveram o condão de me proporcionar, a todos os níveis, as melhores experiências vividas no ano de estágio, melhorando de sobremaneira a minha intervenção na escola, pelo envolvimento com diversas entidades e grupos disciplinares que auxiliaram à consecução destas actividades (*“Corta-Mato Interno do CEF”* e *“Dia do Surf”*).



2. Descrição das Actividades Desenvolvidas

Cabe ao professor deliberar sobre as limitações e possibilidades que se colocam, adequando as indicações da “chefia”, aos meios que lhe são atribuídos, aplicando as soluções pedagógicas e metodológicas mais favoráveis na promoção do sucesso do PEA. Relativamente a todas as actividades desenvolvidas ao longo do *Estágio Pedagógico*, passo a descrever os procedimentos adoptados ao nível do planeamento, realização, avaliação e componente ético-profissional, reportando-me aos níveis de intervenção que a didáctica prescreve como tarefas centrais do professor.

2.1 Planeamento

Segundo Bento (1998), a planificação “(...) é a arte do possível, planejar não significa prever o futuro, nem adivinhar o que irá acontecer no PEA, ou no minuto tal de uma aula, mas sim tornar condicional o futuro face às condições do presente (...)”. De uma forma geral todo o *Estágio Pedagógico* esteve estruturado segundo as orientações definidas pelo Guia das Unidades Curriculares dos 3º e 4º Semestre para o ano lectivo de 2010/2011. Foi com base nesse documento que, após a primeira reunião do NE do CEF no início de Setembro, se definiram os primeiros pontos fundamentais de acção para concretização imediata:

- Definição de tarefas entre o NE;
- Calendarização das tarefas;
- Definição da rotação de espaços (de acordo com as directrizes do GEF);
- Plano Individual de Formação (PIF);
- Protocolo de Avaliação Inicial (susceptível a alterações ao longo do ano);
- Estruturação dos modelos para a criação de documentos do NE;
- Marcação e definição das reuniões do NE com o orientador de escola.

O objectivo do planeamento foi desenvolver em mim, enquanto estagiário, competências profissionais relativamente ao ensino, fundamentadas nos conhecimentos



profissionais e científicos de forma a atender ao enunciado dos PNEF, através duma selecção de objectivos, conteúdos, metodologias e estratégias adaptadas à realidade do contexto, relacionando os dados recolhidos em vários momentos com o meio, a escola, as características da turma e as características individuais dos alunos.

Após a concretização dos pontos atrás referidos, foram realizadas novas reuniões, já no intervalo temporal que decorre do processo lectivo, onde foram definidas novas tarefas:

- Plano Anual de Turma (incluindo caracterização do meio, da escola e da turma num só documento);
- Planificação Anual (por modalidades e rotação de espaços);
- Planificação por Período;
- Unidades Didácticas (a realizar em conjunto pelo NE);
- Planos de Aula.

2.1.1 Plano Anual de Turma

Segundo Bento (1998) “(...) a elaboração do plano anual constitui o primeiro passo do planeamento e preparação do ensino e traduz, sobretudo, uma compreensão e domínio aprofundado dos objectivos de desenvolvimento da personalidade, bem como reflexões e noções acerca da organização correspondente do ensino no decurso de um ano lectivo (...)”. Com base nesta premissa, o Plano Anual da turma do 12ºB do CEF foi realizado como um documento único que englobou a caracterização do meio, da escola, partindo do resultado da análise das características da turma, em função do que se encontrava proclamado no PNEF, do que fora imposto pelo GEF (ver tabela 1) na planificação por modalidades para o secundário e também em função da rotação dos espaços e dos materiais existentes. A decisão de englobar todas estas definições foi uma decisão definida em conjunto pelo NE do CEF, de forma a condensar todos os elementos num só documento e desse modo, facilitar o acesso à informação.

O plano tornou-se, um “guia” fundamental que permitiu orientar todas as outras planificações que se lhe seguiram, ainda que não tenha sido estruturado, tendo em conta as avaliações diagnósticas dos alunos nas modalidades trabalhadas.



Níveis Lectivos	Unidades Didácticas - Modalidades
10º Ano	Basquetebol; Voleibol; Futsal (nível Introdutório, elementar e avançado); Natação e Ginástica (nível Introdutório, elementar e avançado); Atletismo e Raquetas (nível Introdutório, elementar e avançado);
11º Ano	Futsal; Andebol e Voleibol (nível Introdutório, elementar e avançado); Natação e Ginástica (nível Introdutório, elementar e avançado); Atletismo e Raquetas (nível Introdutório, elementar e avançado);
12º Ano	Futsal, Voleibol e Basquetebol (nível avançado); Natação e Ginástica (nível elementar e avançado); Atletismo e Raquetas (nível elementar e avançado);
* Para o caso de existir sobrelocação dos espaços destinados a cada modalidade, salvaguarda-se a possibilidade do Professor optar por um outro espaço disponível e outro conteúdo alternativo que não conste deste plano.	

Tabela 1. Planificação por Modalidades, GEF do CEF – 2010/2011

2.1.2 Planificação Anual

Tendo em consideração as directrizes do GEF do CEF e a rotação de espaços (ver tabela 2 e 3), a planificação anual (ver anexo) prescrita para o 12ºB teve em conta um modelo de planificação de ensino por blocos, caracterizado pelo tratamento sequencial e concentrado de vários temas, numa estrutura de programação organizada em torno de um conjunto de blocos temáticos em torno de uma modalidade desportiva. Esta opção, foi tomada por todo o NE e deveu-se essencialmente às limitações de rotação de espaço de três em três semanas imposta pelo grupo disciplinar para 2010/2011, com avaliações iniciais no início de cada Unidade Didáctica (UD), o que coincidiu, na grande maioria das modalidades, com cada rotação de espaço, exceptuando aquelas que se repetiram (Natação e Ginástica).

Contrariamente ao planeamento por etapas, esta planificação por blocos não pressupõe a realização das avaliações iniciais de todas as matérias logo no início do ano, mas permite a dinamização de aulas politemáticas, caso o professor o entenda, não restringindo as funções didácticas mais abrangentes que as aulas devem possuir.



N.º do Espaço	Designação	Modalidades
Espaço ❶	Ginásio 1	Vários
Espaço ❷	Piscina	Natação
Espaço ❸	Ginásio 2	Vários
Espaço ❹	Ginásio 3	Vários
Espaço ❺	Sala de Ginástica	Ginástica

Tabela 2. Organização dos Espaços no CEF

Grupos	13/09 a 8/10	11/10 a 29/10	2/11 a 19/11	22/11 a 17/12	03/01 a 21/01	24/01 a 11/02	14/02 a 11/03	14/03 a 8/04	26/04 a 13/05	16/05 a 17/06
Júlio/Nuno										
Chinita/Sofia										
Neto/Vanessa										
Morgado/Calado										
Cochicho/João										

Tabela 3. Rotação dos Espaços por professor(es)

Legenda:

Espaço ❶		Espaço ❸		Espaço ❺	
Espaço ❷		Espaço ❹			

2.1.3 Planificação por Período

Definida a rotação de espaços e a Planificação Anual, procedi à elaboração da Planificação por Período (ver anexo), no início de cada período. Diversos factores obrigaram à organização estrutural das sessões em função das matérias a abordar e da atribuição dos espaços. Foram intercaladas as Unidades Didáticas a abordar em cada período, em função do espaço atribuído, que melhor se adaptava à modalidade e foram definidos os dias de aulas, tendo em consideração os feriados, as actividades da escola e as pausas lectivas. Estes documentos tiveram a particularidade de poderem ser alterados, tendo em conta os ajustes que foram sendo necessários efectuar.



2.1.4 Unidades Didáticas

No que diz respeito ao trabalho desenvolvido com as UD das modalidades a leccionar, estas foram elaboradas em processo conjunto dos estagiários do NE do CEF. Numa primeira instância a pesquisa incidiu a história da modalidade, as regras e as estratégias gerais de intervenção pedagógica. E seguidamente a pesquisa sobre os aspectos técnicos e específicos de cada modalidade com uma procura generalizada de conteúdos e progressões para o ensino da modalidade, as progressões pedagógicas, as técnicas específicas, etc. Trabalho que foi realizado individualmente (distribuição de tarefas) com cada estagiário a desenvolver pesquisa sobre uma ou duas modalidades (sete UD: Ginástica, Futsal, Natação, Badminton, Voleibol, Basquetebol e Atletismo), juntando posteriormente toda a informação e disponibilizando ao NE. De referir que este processo foi moroso e não se encerrou logo no início do ano lectivo, tendo-se “arrastado” ao longo do 2º Período, de acordo com as necessidades do NE.

Importa explicar que não existiram UD individualizadas (por turma) com definição de estruturação dos conteúdos a abordar, em função do número de alunos, o ano de escolaridade, e dos resultados obtidos na Avaliação de Diagnóstico, pois o NE optou por realizar UD de conteúdo generalizado, para quatro turmas do 12º ano de escolaridade, com os alunos a serem classificados no nível elementar e avançado, tendo em conta as referências do ano lectivo transacto.

Os balanços finais de cada UD foram realizados no final de cada período (tal como o que se encontrava definido pelo Guia das Unidades Curriculares do 3º e 4º Semestre), estando inseridos nos Relatórios de Final de Período. Como já foi referido anteriormente, para cada UD, foram utilizadas estratégias globais de intervenção pedagógica, adaptadas às características da turma.

2.1.5 Planos de Aula

No que diz respeito aos Planos de Aula (ver anexo) foi definido um modelo numa das primeiras reuniões do NE com o orientador de escola e ficaram definidas as estruturas



organizativas, os objectivos e conteúdos, as tarefas, os grupos de alunos, os materiais, o grafismo dos exercícios, o estilo de ensino e as respectivas funções didácticas. Muito genericamente o plano dividia-se em três partes que eram o corpo da sua estrutura: parte inicial, parte fundamental e parte final.

A estrutura do plano de aula definido revelou-se complexa, tendo em conta que o volume de texto colocado nos mesmos era extenso e adensava o conteúdo, dificultando a interpretação ao observador comum. Contudo, apesar de sentir que essa foi uma fragilidade, posso afirmar que o plano de aula definido era muito completo e tinha qualidade assinalável, pois apresentava-se com todas as variantes controláveis para a aula muito bem definidas.

Relativamente aos objectivos no plano de aula, foram definidos de acordo com a Planificação por Período, com as deliberações do PNEF e dos critérios de êxito definidos pelo GEF para cada uma das modalidades e apenas coloquei os objectivos principais da aula a aparecer no plano. Não foram negligenciados os objectivos específicos dos exercícios, mas centrei o meu foco nos objectivos gerais, tendo em conta a limitação temporal que tive em cada uma das UD, devido ao sistema de rotação dos espaços.

Como aspecto fundamental para uma boa leitura do plano de aula destaco o grafismo dos exercícios, que me pareceram de fácil leitura e também a simplicidade das estratégias de organização do mesmo, enquadrando o espaço disponível, o material a utilizar, os grupos (na grande maioria das vezes definidos à priori por mim) e a orgânica do exercício.

Para concluir, importa referir que existiram dificuldades em relacionar os planos de aula com as UD, esta dificuldade deveu-se essencialmente aos objectivos particulares que queria para a turma e o facto de as UD não terem sido relacionadas com as características específicas da minha turma do 12ºB, mas sim de uma forma genérica para todas as turmas de estágio.



2.2 Realização

As aulas do 12ºB tiveram a sua consecução em duas sessões semanais, divididas em dois blocos de 90 minutos, realizadas às terças-feiras (das 15:30h às 17:00h) e às sextas-feiras (das 08:45h às 10:15h). O PEA tentou ser inclusivo, sustentando-se com base num referencial criterial, permitindo posicionar os alunos em relação a um critério, percebendo a distância a que estes se encontravam desse critério. De referir que a turma tinha um total de 21 alunos (16 raparigas e 5 rapazes) com um bom nível de prática, como pude comprovar na avaliação inicial de Ginástica (primeira rotação de espaço).

Nos Jogos Desportivos Colectivos, o trabalho incidiu sobre as formas jogadas (jogos reduzidos, jogos condicionados e jogo formal), atentando à concretização dos objectivos propostos no PNEF e também pelas directrizes que recebi do orientador de escola no sentido de evitar os exercícios analíticos, tendo em conta o ano de escolaridade e as características da turma. Foram ministrados exercícios complexos, em contexto de jogo, com superioridade e igualdade numérica que obrigava os alunos a tomarem opções baseadas no colectivo, não pensando apenas na sua condição enquanto indivíduo. Houve ainda exploração, em todo o espaço ou em espaço reduzido, de formas de exercício com transições defesa/ataque, através da desmarcação ou progressão em condução de bola (Futsal e Basquetebol) ou em situação de trabalho específico de recepção, passe ou remate no Voleibol, incidindo sempre sobre a posição base fundamental em qualquer uma das modalidades.

Nas modalidades individuais destacam-se a Ginástica e o Atletismo, e de forma a aumentar o tempo de empenhamento motor, foram criadas áreas de exercício com os alunos a serem divididos em grupos de nível, de acordo com o que era observado inicialmente, executando diferenciação pedagógica. Além disso este “sistema” permitiu uma repetição constante dos elementos gímnicos e das técnicas específicas de corrida, transposição e saltos (Atletismo). Já no Badminton, foram utilizados constantemente situações de exercício em jogo 1+1, 1x1, 2+2 e 2x2 em espaço aberto (mesmo em fase de aquecimento integrado), com situações de cooperação, oposição e cooperação/oposição para trabalhar especificamente as acções técnicas da modalidade. Por fim na Natação, de destacar na organização e planeamento das sessões as acções de



respiração, equilíbrio, deslize e propulsão, como base do desenvolvimento dos alunos. O bom nível de nado apresentado pela turma, ainda que limitados por tarefas repetitivas do passado recente, acabou por trazer dificuldades de percepção das tarefas pedidas, aquando da solicitação de outro tipo de habilidades que misturavam técnicas de nado (ex: braçada de crawl e pernas de mariposa) para trabalhar um determinado movimento. Este conjunto de tarefas mais complexas, acabou por trazer desafio à turma.

Para a orgânica das sessões de qualquer uma das UD, encontravam-se implícitos diversos aspectos essenciais para a eficácia de concretização, tais como a Instrução, a Gestão Pedagógica, o Clima/Disciplina e as Decisões de Ajustamento.

2.2.1 Instrução

No capítulo da instrução, relativamente à informação inicial, iniciei sempre as sessões com contacto visual sobre todos os alunos da turma, com uma instrução breve que pretendia passar em revista os conteúdos abordados em aulas anteriores e os objectivos da aula que estava prestes a iniciar, bem como as tarefas a desempenhar, em traços muito gerais. A turma do 12ºB do CEF, na sua generalidade, revelava níveis de assiduidade e pontualidade assinaláveis, sendo que nunca tive problemas com o início das aulas muito para além do tempo previsto, facilitando o cumprimento do que se encontrava estipulado nos planos de aula.

Também nas intervenções, tentei sempre ser bastante breve e dinâmico, para que não quebrasse o ritmo das aulas. Neste aspecto, preocupei-me sempre em seleccionar os aspectos mais importantes para que, quando tivesse de intervir, fosse oportuno e não parasse ou quebrasse o desenvolvimento das tarefas de uma forma abrupta, contando também com a organização e a dinâmica da turma.

No capítulo do feedback tentei sempre intervir, de forma positiva, usando muito feedback gestual e também verbal, com correcções pontuais. Esta vertente foi mais visível nas modalidades onde me sentia confortável (Futsal, Voleibol e Basquetebol) em detrimento das modalidades em que tinha menos vivências (Ginástica e Natação). Tentei, com o feedback, criar um clima favorável ao sucesso, melhorando em



simultâneo a cumplicidade e uma relação positiva de respeito que acabei por conquistar junto dos alunos

No final das sessões terminei sempre com uma breve retrospectiva dos conteúdos abordados, identificando os erros cometidos e projectando as aulas seguintes. Através do questionamento, enquadrava os conteúdos abordados com o conhecimento assimilado pelos alunos e relacionava tudo com os conteúdos futuros.

2.2.2 Gestão Pedagógica

No que diz respeito à gestão pedagógica, posso afirmar que foi dos pontos em que mais investi enquanto estagiário em 2010/2011, tendo em conta que tentei sempre dinamizar os planos de aula e a minha orgânica antes da aula, de forma a evitar percas de tempo em todas as fases da aula.

Não tendo sentido a necessidade de criar um “padrão” de gestos ou sinais sonoros modelo para poder organizar os alunos mais facilmente, contei com a disciplina organizativa da turma e consegui sempre a atenção com um apito e com o feedback claro e conciso, mesmo nas transições entre tarefas.

Por fim, alguns aspectos fundamentais para ter gerido bem as situações da aula e a rentabilização do tempo de empenhamento motor, foi fomentar uma dinâmica de pontualidade desde o início, organizar os grupos de trabalho/equipas antecipadamente, em casa ou na escola antes de iniciar as sessões, muitas vezes realizando a diferenciação (distribuição de coletes) aquando da chegada dos alunos ao local da aula e por fim, muito importante, a organização dos exercícios de uma forma sequenciada, permitindo transições rápidas e ajustadas

2.2.3 Clima/Disciplina

Como base fundamental para um bom clima de aula, identifiquei desde início um aspecto fundamental para ter sucesso neste capítulo que foi o *processo comunicativo*. Procurei estar disponível para ouvir e falar com os alunos, assumindo a comunicação como um processo de interacção com o outro, descrevendo sem julgar. Procurei também



adoptar uma postura activa e dinâmica, tentando manter a visão geral sobre a turma em todas as sessões com uma circulação abrangente, controlando eficazmente o decurso da aula e evitando focos de dispersão ou comportamentos fora da tarefa.

Tentei sempre ter a atenção da turma, mantendo um tom de voz audível por todos, com informações claras e objectivas, sem nunca prescindir das terminologias exactas. Tentei captar a atenção de uma forma sincera e interessada, de forma a focar os alunos nas tarefas e distinguindo a relação pessoal e a empatia com o trabalho. Com este tipo de comunicação, a empatia cresceu e a relação de respeito professor/alunos consolidou-se, fazendo com que o clima da aula fosse muito positivo e até as relações extra-aula se tenham intensificado.

2.2.4 Decisões de Ajustamento

No que concerne às decisões de ajustamento, procurei sempre manter uma atitude reflexiva, tendo em conta que estas decisões advieram sempre de perturbações ao plano, ora com ocupação do espaço idealizado para a sessão, ora com faltas de alunos e até mesmo com a sobreposição de aulas de outras disciplinas em que é preciso adequar os objectivos, os conteúdos, os meios e as formas metodológicas propostas anteriormente, assumindo que as aulas nem sempre seguem o rumo traçado. Os ajustamentos efectuados foram genericamente nos grupos de nível, no tempo atribuído às tarefas, nas progressões, no grau de dificuldade das tarefas e inclusivamente com a exclusão de alguns elementos de exercício do plano de aula.

De referir que estive particularmente atento às situações incomodativas e inesperadas (ajustamentos), procurando tirar partido das mesmas para colocar em causa a minha planificação e a minha actuação, questionando-me sobre as decisões tomadas e ajustando de aula para aula, de UD para UD, de período para período, sempre em processo de crescimento e aprendizagem.



2.3 Avaliação

A avaliação realizada à turma do 12ºB do CEF entroncou nos três grandes momentos avaliativos, a avaliação de diagnóstica no início do ano lectivo, a avaliação formativa no decorrer das aulas de EF e a avaliação sumativa no final de cada unidade didáctica (exceptuando Ginástica e Natação com duas rotações de espaço e duas avaliações sumativas distintas).

2.3.1 Avaliação Diagnóstica

Para a avaliação diagnóstica e tendo em consideração que foi utilizado um sistema de ensino por blocos (justificado posteriormente neste documento) foi definido, pelo NE, o Protocolo de Avaliação Inicial das UD que incidia nos conteúdos que se pretendiam observar (de acordo com o que se encontra estipulado no PNEF e com os critérios de êxito definidos pelo GEF), para que se pudesse prognosticar o nível dos alunos. A partir deste momento e com a avaliação inicial concluída, foi possível situar os alunos num grupo ou num nível de aprendizagem e prever o que provavelmente viria a ocorrer na sequência das situações educativas a desenvolver, permitindo a diferenciação pedagógica. A avaliação diagnóstica foi utilizada no início cada UD, funcionando como um ponto de partida para a planificação e desenvolvimento das aulas a leccionar à turma. Em anexo encontra-se a tabela de classificação da avaliação inicial para cada uma das UD, enquadrando os alunos do 12ºB nos níveis elementar (E) e avançado (A). Ainda que, nas grelhas de avaliação inicial de cada modalidade, tenha optado, em conformidade com as deliberações do NE, por registar as acções numa escala numérica, a saber: 0 = Não Executa/ 1 = Executa com muitas dificuldades/ 2 = Executa razoavelmente/ 3 = Executa bem, efectuando a classificação em Elementar e Avançado posteriormente.

Em algumas situações, principalmente em modalidades em que tinha menos experiência, fiz juízos de valor errados na avaliação inicial, classificando alunos que poderiam estar num nível avançado em Elementar e vice-versa.



2.3.2 Avaliação Formativa

A avaliação formativa assume um carácter contínuo e sistemático, não tendo um carácter classificativo. O NE do CEF optou por não produzir instrumentos que pudessem proporcionar uma avaliação formativa “numerada” ou “descritiva”, por meio do registo de dados. No entanto as reflexões contínuas realizadas sobre as aulas a interpretação sobre as informações que são fornecidas pelo aluno, enquanto indivíduo acerca do seu desenvolvimento nas aprendizagens e competências permitiram avaliar formativamente. A possibilidade de rever e melhorar o PEA e o trabalho a desenvolver com cada aluno, de acordo com o seu nível (diferenciação pedagógica) manteve-se. De modo a permitir a utilização de outros processos de ensino, foi importante para mim conseguir acompanhar de perto cada aluno da turma ou cada grupo de alunos, recorrendo à diferenciação pedagógica, verificando e potenciando as suas dificuldades e a partir daí, criando situações específicas de aprendizagem para os mesmos.

O questionamento também foi uma estratégia que entroncou no processo de avaliação formativa, tentando perceber, por essa via, os parâmetros do domínio cognitivo (conhecimento das regras de segurança, do equipamento e material e das componentes críticas dos vários elementos), que cada aluno possuía. A observação directa dos comportamentos dos alunos durante as aulas foi a estratégia utilizada.

2.3.3 Avaliação Sumativa

Em termos de terreno, nas últimas aulas de cada UD (apenas Ginástica e Natação não finalizaram na 1ª rotação de espaço), foram realizadas as avaliações finais, com o objectivo de aferir a progressão dos alunos na aprendizagem e na consolidação dos conhecimentos, permitindo a atribuição de uma classificação quantitativa. Esta avaliação permitiu efectuar um balanço final do PEA, com o registo a ser efectuado através de uma grelha que integrou os critérios a serem avaliados em cada matéria, seleccionados pelo NE e revistos pelo professor orientador de escola, de acordo com as directrizes do PNEF para os níveis elementar e avançado e que se definiram no Protocolo de Avaliação Sumativa. Esta avaliação foi efectuada através da situação de jogo (reduzido e formal nos Jogos Desportivos Colectivos) ou numa sequência



predefinida (consoante a matéria; ex: Natação). De refrir ainda que o aluno foi avaliado em todos os períodos lectivos numa escala classificativa de nível de 1 a 20 (0 - 4 = Não Executa/ 5 – 9 = Executa com muitas dificuldades/ 10 - 14 = Executa razoavelmente/15 - 17 = Executa bem/ 18 – 20 = Executa muito bem) em todas as matérias leccionadas. O seu nível final, em cada período, foi atribuído em função do trabalho realizado nas matérias.

A avaliação das execuções motoras de acordo com os conteúdos leccionados, pressupôs a divisão das matérias em 5 categorias (de acordo com o que se encontra celebrado no PNEF e com o que foi imposto pelo GEF do CEF):

A – Jogos Desportivos Colectivos (Futsal, Basquetebol, Voleibol);

B – Ginástica (Solo, Aparelhos);

C – Atletismo (Saltos, Corridas);

F – Raquetas (Badminton);

G - Outros (Natação).

No final do ano lectivo 2010/2011, os alunos do 12ºB foram avaliados em todas as matérias leccionadas: três matérias da categoria A (Jogos Desportivos Colectivos), duas da categoria B (Ginástica de Solo e Aparelhos), uma da categoria C (Atletismo – corrida de barreiras, velocidade e salto em comprimento), e uma da categoria G (Natação). Na totalidade, esta avaliação das UD encerrou 60% da nota final do aluno.

Já a apreensão e aplicação de conceitos de forma adequada às situações propostas, através de testes (um por período) e/ou trabalhos escritos (alunos com atestado médico), significaram 10% da nota final. De igual modo (10%) se rege a avaliação dos testes de aptidão física (Bateria de testes do Fitnessgram).

Por fim, a avaliação global de acordo com os itens definidos pela Escola (Domínio Sócio-afectivo): Cumprimento de regras dentro da aula, assiduidade, pontualidade, respeito pelo trabalho dos outros, relação com os outros, significaram 20% na nota final.

Para o ensino secundário, o GEF do CEF regulamentou os critérios de avaliação que a tabela 4 documenta.



Domínio Psicomotor	Domínio Sócio-Afectivo	Domínio Cognitivo	FITNESSGRAM
Conteúdos 60%	Falta de Material/Assiduidade 7,5%	Teste Escrito 10%	10%
	Cooperação/Respeito 5%		
	Empenho/Participação 5%		
	Pontualidade 2,5%		
60%	20%	10%	10%
2º Período		3º Período	
50% - 1º Período	50% - 2º Período	50% - 2º Período	50% - 3º Período

Tabela 4. Critérios de Avaliação do Secundário

Para o ensino secundário, o GEF do CEF regulamentou os parâmetros de avaliação para o Domínio Sócio-Afectivo (20%) que a tabela 5 documenta.

<i>Falta Material / Assiduidade</i> 7,5%		<i>Cooperação / Respeito</i> 5%		<i>Empenho / Participação</i> 5%		<i>Pontualidade</i> 2,5%	
<i>Nº</i>	<i>Class.</i>	<i>Nº</i>	<i>Class.</i>	<i>Nº</i>	<i>Class.</i>	<i>Nº</i>	<i>Class.</i>
0	20	0	20	0	20	0	20
1	19	1	19	1	19	1	19
2	18	2	18	2	18	2	18
3	16	3	16	3	16	3	16
4	14	4	14	4	14	4	14
5	12	5	12	5	12	5	12
6	10	6	10	6	10	6	10
7	8	7	8	7	8	7	8
8	6	8	6	8	6	8	6
9	4	9	4	9	4	9	4
10	2	10	2	10	2	10	2
11	1	11	1	11	1	11	1
12	0	12	0	12	0	12	0
a) A não participação na aula, justificada por documento médico, não obriga o aluno à apresentação de relatório, mas poderá pressupor a execução de um trabalho, caso a paragem por inactividade física seja prolongada.							

Tabela 5. Parâmetros de Avaliação do Domínio Sócio-Afectivo



Para os alunos com atestado médico, apenas houve necessidade de aplicar a avaliação com este critério por duas vezes, tendo em conta que dois alunos não foram avaliados nas competências das Actividades Físicas na 1ª rotação de espaço (Ginástica de Solo), pelo que lhes foi pedida a realização de um trabalho sobre os conteúdos abordados nas aulas práticas, sendo a nota desse trabalho, a nota final dessa UD e que entrava directamente na classificação final do 1º Período para a modalidade de Ginástica.

2.4 Componente Ético-Profissional

Levando em linha de conta as competências relativas à minha atitude ético-profissional, considero que tive um comportamento positivo, mantendo uma atitude responsável com todos os elementos, empenhei-me na participação dos trabalhos individuais e de grupo, sendo que nestes últimos a realidade poderia ter sido mais conseguida, tendo em conta que o NE deveria ter funcionado de uma forma mais homogénea.

No contexto prático, mantive uma preocupação constante na igualdade de oportunidades, na formação e na investigação sobre os desenvolvimentos das modalidades abordadas, incidindo naquelas em que não estava tão seguro. Tentei inovar, limitando os processos repetitivos, monótonos e pouco atraentes.

Considero ainda ter tido disponibilidade para alunos, para colegas e para a escola envolvendo-me em actividades que fugiram do âmbito do *Estágio Pedagógico*, mas que percebi como importantes para a minha formação enquanto docente que se integra na instituição onde exerce a sua profissão.

Enquadrei ainda os momentos de observação da minha docência e as críticas de colegas, e orientadores como forma de aprendizagem para poder melhorar a minha acção a cada aula, mas nem sempre o consegui, pela inexperiência, pela saturação e também pelas limitações que a realidade da escola me ia colocando.

Finalizo referindo que nunca me atrasei ou faltei a uma aula que fosse das 65 previstas para serem leccionadas e considero importante o exemplo que dei aos meus alunos do 12º B neste capítulo.



3. Justificação das Opções Tomadas

Assumindo o PEA como sendo complexo, as propostas conferidas para o Plano Anual assentaram num processo dinâmico de modificação constante, de leitura, de pesquisa e de reflexão, sendo a maioria das justificações, do que fora planificado, previstas não só pelas linhas orientadoras do PNEF, mas também pelos critérios do GEF e pelas deliberações do NE (*Guia das Unidades Curriculares dos 3º e 4º Semestres*) em reunião. Posto isto, apesar de não ter uma opinião muito bem formada acerca do percurso de aprendizagem mais vantajoso para os alunos e para as intenções do professor, ficou deliberado uma concepção de trabalho por *Blocos*, em detrimento das *Etapas*, para o 12ºB, dando coerência e cumprimento às directrizes emanadas pelo GEF do CEF. Assim, depois de analisado o mapa de rotação de espaços, procurei periodizar as matérias, tanto quanto possível, em função dos interesses e das necessidades do envolvimento, tendo o NE construído instrumentos de avaliação diagnóstica comuns no início do ano para cada uma das UD. Posteriormente no capítulo da avaliação formativa dos alunos o NE optou por não construir instrumentos de medida dessa mesma avaliação, fazendo a análise por observação directa e por escrito nas reflexões individuais das aulas leccionadas. Por fim, a avaliação sumativa teve em conta os critérios de êxito definidos pelo GEF do CEF e os instrumentos de avaliação foram construídos a partir desses mesmos critérios e em função das características das turmas de estágio. Importa referir que todos os instrumentos construídos, foram apenas utilizados pelos professores estagiários do NE do CEF.

Relativamente aos balanços das UD leccionadas, o NE definiu que estes fossem realizados no final de cada pausa lectiva, juntamente com a reflexão do período, indo de encontro ao que estava estipulado no *guia*. Em função da rotação de espaços (mudança de UD de três em três semanas) optou-se por juntar o balanço apenas no final de período, permitindo analisar individualmente cada UD. Como já foi referido anteriormente, nas modalidades individuais (Ginástica e Atletismo) foi promovido o trabalho por áreas de exercício para promover maior tempo de empenhamento motor e a *descoberta guiada* através de exercícios individualizados e com progressões pedagógicas que permitissem evolução sustentada, dentro das limitações de cada um.



Nas modalidades colectivas (Futsal, Voleibol e Basquetebol) as formas jogadas (reduzidos, condicionados e formais) ganharam ênfase, tendo em conta as deliberações do PNEF e também porque, em minha opinião, as dificuldades técnicas seriam mais facilmente corrigidas em jogo. Na Natação, optei por exercícios isolados com mistura de estilos e novos estímulos para aprendizagem menos monótona, criando desafio. Toda esta pesquisa e aplicação das opções proclamadas nos *Programas* proporcionam as melhores opções, em função dos objectivos a atingir sobre os resultados e experiências adquiridas. Deste modo, os objectivos entre planos tornam-se mais transversais, assim como a sua exequibilidade, ajustamentos e adaptações constantes durante a sua execução.

No que diz respeito à avaliação final da disciplina de EF as directrizes do GEF, definidas em conformidade com o regulamento interno da escola sobrepuseram-se em termos de prioridade e orientação geral para a avaliação das áreas curriculares do 12º ano. Assim sendo, segui as directrizes do NE e do orientador de escola, que facultou todos os dados (critérios e parâmetros de avaliação, plano de actividades do GEF, etc) e, tal como já foi referido (ver tabela 4 em 2.3.3), regi-me pelos princípios de que na classificação final a componente motora significou 60% da nota do aluno, os testes de aptidão física 10%, a componente sócio-afectiva 20% e a componente cognitiva 10%.



CAPÍTULO II - REFLEXÃO GERAL

1. Ensino-Aprendizagem

1.1 Aprendizagens Realizadas como Estagiário

Rubricando a certeza de que um professor deve ser um “eterno insatisfeito”, neste ponto pretendo realçar as aprendizagens que me foram proporcionadas no âmbito do *Estágio Pedagógico*, numa análise reflexiva, sucinta, sobre alguns parâmetros relacionados com a minha intervenção, experiências vividas, conhecimentos adquiridos e relações desenvolvidas.

1.1.1 Planeamento

No que concerne ao planeamento, o desenvolvimento curricular em torno das sete matérias desenvolvidas ao longo do ano lectivo (Ginástica, Futsal, Natação, Badminton, Voleibol, Basquetebol e Atletismo), em função das rotações de espaço de três em três semanas, pareceu-me bastante adequado. Perante a opção de organizar o ano lectivo por *Blocos* tive alguma dificuldade inicial em analisar os indicadores psicomotores dos alunos numa abrangência mais geral relativamente a outras modalidades. Deste modo a minha referência foi o que os alunos me conseguiram transmitir na primeira impressão que tive deles, num contexto muito particular como o da Ginástica. De certa forma e com o espaço a coincidir com a sala de ginástica, penso que não foi um começo de ano lectivo onde pudesse ficar com uma ideia certa do real valor de cada aluno.

1.1.2 Gestão Temporal

Nunca tive a ideia de centrar as minhas aulas num processo de gestão temporal rígida em que as temporizações para cada momento ou para cada tarefa são quase contadas ao segundo. No meu ponto de vista, com alguma experiência acumulada, um cumprimento demasiado inflexível na gestão dos tempos de aula, acaba por trazer stress e ansiedade excessivos, prejudicando todo o PEA. Ao longo do meu estágio senti liberdade por parte do professor orientador de escola e também da orientadora de faculdade, nas suas



observações de aula, para ser rigoroso q.b. nesse capítulo, sem nunca descurar a flexibilidade de horários e de ajustamento de tarefas em função do tempo disponível. Isso permitiu-me abordar as aulas de uma forma mais relaxada e foi um contributo muito importante no meu crescimento ao longo do ano enquanto professor do 12ºB.

1.1.3 Estratégias de Aprendizagem

Relativamente aos aspectos de aquisição de aprendizagem propriamente dita, para além de estabelecer um critério referencial a partir da primeira avaliação diagnóstica (Ginástica) e de utilizar o feedback nas suas mais variadas formas para promover aprendizagem no aluno e para evoluir enquanto professor, tomei também em linha de conta o questionamento. Numa sugestão do professor orientador de escola, no final do 1º Período, comecei por utilizar mais esta vertente, ao longo das aulas e principalmente no final das mesmas, aquando do balanço final, para realizar uma retrospectiva do que se tinha desenrolado na sessão e preparando também os alunos para eventuais questões para avaliar no teste escrito. Revelou-se um processo produtivo e serviu para que eu me apercebesse quais os alunos mais atentos e os que conseguem captar melhor a informação.

1.1.4 Estilo de Ensino Inclusivo

No âmbito deste *Estágio Pedagógico* encarei algo que vinha experienciando com regularidade nas aulas que leccionava no 1º Ciclo e que sentia não ter assimilado totalmente, que era a questão da diferenciação pedagógica, para promover um estilo de ensino *inclusivo*. O meu foco para este ponto apenas alargou horizontes neste ano lectivo de 2010/2011. O facto de se trabalhar de uma forma “massiva”, catalogando os alunos como “todos iguais”, acaba por prejudicar em grande escala os alunos menos dotados. Esta foi uma das aprendizagens da qual retirei mais conhecimentos ao nível de todas as matérias leccionadas, optando marcadamente por aulas organizadas por grupos de nível, com tarefas diferenciadas (diferenciação pedagógica), permitindo ao aluno fazer a sua opção, responsabilizando-o, cedendo-lhe autonomia a todos os níveis.



1.1.5 Planos de Aula

Como em quase todas as vertentes do meu Estágio Pedagógico, os processos e os documentos, foram sofrendo constantes alterações ao longo dos tempos sendo que a necessidade e até mesmo o feedback que recebia do orientador de escola e dos colegas do NE fizeram com que um Plano de Aula da última UD leccionada (Atletismo) fosse melhor que um de Ginástica (1ª rotação de espaço). É possível constatar que o nível de organização e explicitação melhorou significativamente relativamente ao início do ano lectivo, ainda que tivesse sentido que o plano continha algum texto a mais, devendo ser ainda mais simplificado, com tópicos, sob pena de se tornar demasiado extenso. Com o modelo de Plano de Aula definido pelo NE e com a sua organização a ser comum a todos os estagiários, acabei por sentir que houve um esforço comum para produzir um modelo de qualidade que possa servir os estagiários deste NE no futuro enquanto profissionais.

1.1.6 Testes Escritos

A elaboração de três testes escritos (um em cada período) foi uma experiência que me marcou e para a qual definitivamente não me encontrava preparado. Vindo de uma área distinta do ensino e sem noção da realidade neste campo, acabei por seguir as directrizes do orientador de escola e de alguns colegas estagiários com maior experiência no ensino, optando por realizar testes com poucas questões de desenvolvimento, até porque o conteúdo teórico leccionado era reduzido e apenas se reflectia com as aprendizagens realizadas nas aulas práticas e com o questionamento que comecei a intensificar no final do 1º Período. A estrutura do teste definia-se normalmente em quatro grupos (quatro modalidades leccionadas no 1º e 2º períodos), com respostas de escolha múltipla, verdadeiros e falsos e preenchimento de espaços, sendo que no último teste foram cinco grupos, numa abordagem global das matérias leccionadas, com selecção de dois grupos de Jogos Desportivos Colectivos e três de modalidades individuais, sendo que o Atletismo mereceu mais destaque, por ter sido a única UD promovida no 3º Período. As questões encontradas foram retiradas de livros de EF, de questões de outros professores e, claro está, dos conteúdos leccionados, sendo que no teste do primeiro período registei



um erro, ao ter duas respostas certas numa questão de escolha múltipla de resposta única. A este facto se deveu a minha inexperiência neste capítulo e saio do estágio com a consciência de que a estrutura do teste tem de ser credibilizada e verificada, pois é um dos “espelhos” do trabalho do professor perante os alunos.

1.1.7 Avaliação - Registos

Ao longo do ano lectivo, impulsionados pelo orientador de escola, o NE foi produzindo fichas de registo de avaliação, de acordo com os Protocolos de Avaliação, quer para a avaliação diagnóstica, quer para a avaliação sumativa das UD. Esta experiência tornou-se positiva, pois permitiu perceber que a recolha de dados pode tornar-se muito sensível, quanto mais extensos forem os conteúdos a abordar. A conclusão a que chego é que se devem definir conteúdos de “malha larga” na avaliação e deixar a especificação (“malha fina”), tanto quanto possível, de lado. Esta situação foi sendo contornada ao longo do ano lectivo em algumas UD, com redução da sensibilidade, permitindo fazer uma observação de todos os parâmetros, de uma forma mais tranquila e sobretudo mais rigorosa nos procedimentos e recolha de dados. Para isto, contribuiu o referencial mais global que foi utilizado, deixando a opção mais analítica que se havia evidenciado nas primeiras UD, ainda que na avaliação sumativa de Atletismo, se tenha cometido o mesmo erro.

Na observação feita pela orientadora de Faculdade no 3º Período a uma aula que leccionei na avaliação sumativa de Atletismo do 12ºB, foi-me dito que demorava muito tempo a registar as classificações. Também tive essa consciência ao longo de todo o ano lectivo e acho que isso se deve em grande parte à complexidade dos parâmetros avaliados nas grelhas. Simplificar processos, tornará a avaliação mais rápida e menos complicativa.

1.2 Compromisso com as Aprendizagens dos Alunos

Numa perspectiva de desenvolvimento curricular influenciado por processos, percebo que o PEA se deve centrar no aluno, partindo dos seus interesses e das suas necessidades, sendo possível que este aprenda por caminhos distintos, e que por isso, as



decisões do professor tenham um impacto particular sobre cada um. É por isso fundamental “investir” em experiências educativas que promovam o aluno, que o incluam no PEA e que lhe permitam ser autónomo, tomando decisões. Foi com esta ideologia que promovi o PEA em função da análise e interpretação dos resultados da avaliação diagnóstica em cada uma das UD, tendo concebido um “ambiente” de aula segundo diferentes níveis de interpretação do PNEF. A diferenciação dos conteúdos, dos grupos de nível, das estratégias, das tarefas, do tempo, parece ter convergido para o sucesso da minha intervenção pedagógica durante o ano lectivo de 2010/2011 no 12ºB.

Ao longo do desenvolvimento das UD, tentei formular objectivos concretos que pretendia que os alunos atingissem, ainda que não tenha diferenciado os objectivos para cada grupo de alunos (níveis), tendo-o feito globalmente, mas avaliando os alunos dentro do intervalo de nível que encontrava na avaliação inicial. Optei por prescrever exercícios estruturados com os mesmos princípios, variando as tarefas, em toda a duração da UD, optando por colocar condicionantes ou variantes, apelando deste modo a uma acção motora confortável em avaliação, tendo em conta a consecução dos objectivos propostos.

Procurei, ao longo de todo o ano lectivo, mesmo com a diferenciação pedagógica que acarreta nos alunos menos dotados alguma sensação de inferioridade relativamente aos mais dotados (principalmente em alunos do 12º Ano), garantir a igualdade de oportunidades sempre com um estilo de ensino justo e equilibrado, mantendo uma postura equitativa em relação a todos os grupos de nível e a todos os alunos.

Para promover os alunos e tal como já referi anteriormente baseei-me num referencial de critério definido pelos protocolos e também pelos critérios de êxito proclamados pelo GEF e pelo PNEF, mas fui mais além e com a ajuda das observações do orientador de escola e dos meus colegas do NE promovi formas de comunicação mais abrangentes, com utilização constante de várias dimensões do feedback, das quais saio enriquecido enquanto docente, e que me permitiram acompanhar a prática com propriedade, inclusivé nos períodos de instrução com associação de demonstração, utilizando os alunos como agentes de ensino (incluindo nos aquecimentos). Tirando partido do feedback interrogativo e tal como foi descrito neste capítulo em 1.1.3 utilizei o



questionamento como método de ensino, em algumas aulas afixei/disponibilizei meios gráficos auxiliares que, por exemplo na Natação serviram para que os alunos em inactividade pudessem promover as tarefas aos colegas em actividade, funcionando também eles como agentes de ensino e estruturei as aulas, promovendo o tempo potencial de aprendizagem, sem desvios no tempo de empenhamento motor.

Com o trabalho efectuado, tendo como preocupação central os alunos, as aprendizagens foram objectivas e equitativas, procurando a conquista do sucesso escolar.

1.3 Inovação nas Práticas Pedagógicas

Parti para este *Estágio Pedagógico* com o objectivo global de aprender e de me aperfeiçoar nas mais variadas situações do contexto que a escola tem para oferecer. Encarando o estágio como uma oportunidade para progredir, fui ambicioso, até certo ponto, na definição de objectivos que formulei inicialmente, pois senti condições na escola e na turma para ir mais além. Consciente de que o desafio era arriscado, promovi a diferenciação pedagógica, duplicando o nível de exigência da intervenção, tendo a noção de que nem sempre estava preparado para o fazer, devido à minha inexperiência.

Optei por não utilizar meios tecnológicos auxiliares nas aulas (ex: vídeo, de elementos específicos de modalidades, facilitando a apreensão correcta das suas componentes críticas). Utilizei meios gráficos auxiliares, principalmente na Ginástica e Natação.

Favorecendo a assimilação dos princípios comuns ao modo formal das modalidades, nas partes principais das aulas (aquecimentos) procurei promover o princípio didáctico da consolidação, implementando acções em contextos diferentes, mas cujo *radical motor* é o mesmo (ex: jogo da apanhada em que elementos “caçados” se agachavam no chão e podiam ser salvos pelos colegas, saltando por cima dos elementos caçados com movimento técnico de salto de barreiras, para promover o gesto técnico a interpretar na parte principal da aula.) convergindo do simples para o complexo sem níveis de objectivos terminais definidos.



2. Dificuldades e Necessidades de Formação

2.1 Dificuldades Sentidas e Formas de Resolução

Numa fase inicial, a minha acção não se restringiu apenas à turma do 12ºB do CEF, mas também ao acompanhamento do cargo de Coordenador do Desporto Escolar no âmbito da Unidade Curricular – *Organização e Gestão Escolar*, função essa desempenhada pelo meu orientador de escola. Para conciliar o acompanhamento do cargo com as funções iniciais de Planeamento tive dificuldades temporais, já que preparei uma apresentação para o coordenador do Desporto Escolar disponibilizar aos alunos na apresentação do Desporto Escolar no auditório da escola e o tempo de pesquisa coincidiu com elaboração das planificações anuais, de aula e com os protocolos, pelo que senti dificuldades iniciais em ter o trabalho em dia.

Depois dessa fase inicial e para garantir algum equilíbrio na elaboração de documentos ao longo do ano, foi fundamental ter-me organizado, preparando atempadamente todas as aulas e actividades, realizando os balanços das mesmas até ao final da semana (sexta-feira). Com o estabelecimento de prazos para comigo próprio contornei a dificuldade que tinha em produzir documentos de semanas transactas, deixando o trabalho acumular. O mesmo sistema se passou com as reflexões das aulas inter-estagiários e do GEF que realizei.

2.1.1 Dificuldades na Avaliação

Como já referi atrás neste relatório, uma das principais dificuldades sentidas foi na criação das grelhas de avaliação diagnóstica e sumativa para cada UD. Neste capítulo e tendo em conta que estas eram grelhas elaboradas em conjunto pelo NE existiam dificuldades em decompor os conteúdos que se pretendiam ver avaliados, o que tornou as grelhas complexas, criando dificuldades no registo das classificações. Ao longo do ano lectivo essas grelhas foram simplificadas e os registos foram melhorados. Apesar de tudo, esta dificuldade está directamente ligada à atribuição dos valores correctos sobre o desempenho dos alunos na sua concretização avaliativa. Levando em linha de conta as demandas do PNEF e os critérios avaliativos do CEF para cada modalidade, era



importante que os conteúdos mais importantes não saíssem lesados e que houvesse igualdade na avaliação de todos os alunos, tendo em conta o critério definido.

Para finalizar, importa referir que as decisões relativas aos pesos a atribuir por cada conteúdo avaliado e a criação das grelhas de avaliação diagnóstica e sumativa foram da exclusiva responsabilidade do NE, não tendo sido utilizadas pelo restante GEF. Em minha opinião esta é uma dificuldade que o grupo disciplinar apresenta, pois, apesar dos professores de EF trabalharem sobre os mesmos critérios de avaliação, a uniformização das grelhas traria um equilíbrio ainda mais justo e sensato, com os professores a trabalharem com o mesmo referencial.

2.1.2 Dificuldades na Leccionação

Ainda antes da prática lectiva, mais concretamente no planeamento, e face ao modelo de organização do ano lectivo por *Blocos*, sustentado pelo GEF, vi-me perante indecisões quanto ao desenho curricular a apresentar para o 12ºB. Com a ajuda do NE, do orientador de escola e tendo em conta a caracterização da turma, passei a periodizar as matérias em função da rotação dos espaços e tanto quanto possível em função dos interesses e necessidades dos alunos, ainda que não tivesse tomado grande contacto com estes.

Outra dificuldade sentida neste capítulo, foi a de mobilizar os alunos para terem um papel mais activo nas aulas, principalmente no início (1ª rotação de espaço - Ginástica), tendo sido difícil vencer a apatia dos alunos em diversas situações de aula, tendo em conta que sempre foram elementos com poucas referências na maioria das modalidades e com aulas menos dinâmicas que aquelas que lhes apresentei desde o início. A percepção com que fiquei, e correndo o risco de estar a cometer uma injustiça, foi que o tempo de empenhamento motor das aulas de anos anteriores era pouco rentabilizado e o facto de os alunos não estarem habituados à prática constante, fê-los sentir de sobremaneira a mudança.

Por fim, tive dificuldade na apresentação da informação, por ter optado por um estilo de ensino *inclusivo* em que se dá ênfase à diferenciação pedagógica e ao facto de se



apresentarem várias alternativas aos alunos (ex: diversos corredores de barreiras com diversas distâncias entre barreiras para os alunos descobrirem o seu corredor no salto de barreiras no Atletismo), para os diferentes grupos de nível, com tarefas diferentes. Para não ferir susceptibilidades e até porque nem sempre os alunos compreendem porque é que uns fazem de uma maneira e outros de outra, passei a estruturar as aulas com selecção de informação mais detalhada, fazendo ver aos alunos que convergiam para o mesmo objectivo, apesar de terem tarefas distintas. Este factor permitiu aulas com uma organização por áreas de exercício, que por sua vez me dificultou a correcção da assertividade de posicionamentos e execuções técnicas por parte dos alunos.

2.2 Dificuldades a Resolver no Futuro ou Formação Contínua

Considerando o *Estágio Pedagógico* uma experiência contínua na procura sobre novos métodos de ensino, acompanhando as evoluções específicas de cada UD e as alterações legislativas decorrentes dos programas, entre outros, posso mesmo afirmar que as dificuldades a resolver passam pela antecipação, trabalho fundamentado e investigação, para acompanhar toda a evolução inerente ao PEA.

Na avaliação, apesar do NE ter seguido as directrizes para a aplicação de um Sistema de Avaliação coerente, cuja utilidade, validade, fiabilidade e credibilidade não podem ser postas em causa, continuo a sentir-me um pouco inseguro no que diz respeito à valoração (classificação) das aprendizagens, tendo em conta a complexidade dos registos das grelhas de avaliação e o facto de poder ter tido feedback contraditório no que me foi referido pelo professor orientador de escola e pelos colegas do NE, relativamente ao que me foi indicado pela orientadora de Faculdade. Sendo que esta última referiu que a aula de avaliação (diagnóstica ou sumativa) deve servir para melhorar a execução do aluno e, como tal, o feedback deve continuar a ser uma preocupação central nesse tipo de sessão. Não fiquei com isto consolidado, dado só o ter feito na avaliação sumativa da última UD do ano (Atletismo) e penso ser algo que tenho de saber gerir, já que por vezes desvio a minha atenção à observação da execução e esqueço-me de registar a classificação a atribuir. De qualquer modo, estando consciente



que a forma como realizo a avaliação sumativa é correcta e rigorosa, tenho consciência que poderá haver outras formas igualmente práticas e eficazes que poderei vir a utilizar.

No futuro e no que diz respeito à formação contínua, devo continuar a requerer diversas formações específicas das modalidades que vão sendo abordadas, investindo principalmente naquelas em que me encontro fora de contexto e em que preciso de me valorizar e certificar para poder passar os conteúdos de uma forma correcta aos alunos, diminuindo as minhas limitações. Como exemplo dessa situação encontra-se a modalidade de Natação, em que as experiências que tinha limitavam-se à minha prática enquanto atleta durante seis anos da minha infância e também a blocos curtos de matéria aquando da minha licenciatura. Ao longo do *Estágio Pedagógico* tive de investir na pesquisa e recorrer à ajuda de outros professores especializados para poder prescrever aulas com qualidade e penso tê-lo conseguido, sendo a UD em que coloquei mais desafios aos alunos em termos de experiências, não me limitando a recorrer ao ensino tradicional da modalidade. Este é o caminho que devo percorrer no futuro em termos da minha formação.



3. Ética Profissional

3.1 Capacidade de Iniciativa e Responsabilidade

Diariamente na minha vida profissional, sou confrontado com muitas das questões com que me deparei no meu *Estágio Pedagógico*, tendo em conta a minha condição de professor da disciplina de Actividade Física Desportiva no 1º Ciclo e também como treinador e atleta da modalidade de Hóquei em Patins. A realidade é que procurei criar e inovar, tentando, em simultâneo, cumprir com todas as minhas responsabilidades enquanto professor da turma do 12ºB do CEF. Fui sempre pontual e assíduo, mantive um relacionamento cordial com todos os membros da comunidade escolar e, tal como veremos no ponto seguinte contribuí eficazmente para o sucesso do trabalho de grupo do NE, sustentando uma posição consensual, respeitando as opiniões dos meus colegas, mesmo quando contrárias à minha, sempre com uma postura de incentivo positiva. Tentei também ser o elemento de alerta para quando as coisas não estavam de acordo com o que se encontrava definido nos mais variados programas que seguimos.

Em termos pessoais concretizei individualmente e em grupo todos os projectos em que estive envolvido e com o apoio das pessoas que me rodearam (NE, orientadores, alunos e professores do GEF) cumpri nas minhas responsabilidades.

3.2 Importância do Trabalho Individual e de Grupo

Tendo em consideração algumas características da minha personalidade mais reservada e acomodada, retrato o meu trabalho individual e de grupo com um bom aproveitamento ao nível do desempenho profissional, pois consegui “soltar-me” para um patamar que até à data não tinha atingido, contribuindo para o sucesso do PEA da minha turma e da minha aprendizagem constante enquanto docente, integrado num grupo.

3.2.1 Trabalho Individual

No desenvolvimento do meu processo de formação individual, procurei ser sempre um professor que antecipa, que avalia, que reflecte e que procura melhorar, aprendendo



com as suas práticas, procurando aperfeiçoar-se, ainda que para isso tenha que sair da sua zona de conforto. A necessidade de concretização atempada, foi uma estratégia fundamental que adoptei desde o início, estabelecendo *deadlines* para comigo mesmo na entrega de documentos, conseguindo autodisciplinar-me nesse capítulo e nunca faltar com nada, correspondendo a um resultado educativo global positivo.

Nos trabalhos proclamados para o *Estágio Pedagógico*, consegui concretizar todos os momentos que me foram propostos (planos, relatórios, observações, etc.), mantendo uma postura séria e de aprendizagem constante, sempre na tentativa de melhorar de documento para documento. Procurei resolver as minhas dificuldades, adoptando uma postura pró-activa na procura de esclarecimentos para as minhas dúvidas, como por exemplo na modalidade de Natação, matéria na qual tinha pouca experiência, levando-me a trocar ideias e a apoiar-me com um colega do NE com uma vasta experiência na área.

3.2.2 Trabalho de Grupo

A forma bem sucedida como foram implementados os projectos das duas actividades (“Corta Mato Interno CEF” e “Dia do Surf”) no âmbito da Unidade Curricular – *Projectos e Parcerias Educativas* é conclusiva quanto à capacidade de iniciativa e responsabilidade que o NE apresentou. Apesar do sucesso nas actividades, nem tudo correu bem, pois pessoalmente penso que o NE nem sempre “remou” no mesmo sentido, também em função da pouca disponibilidade de todos os estagiários, na sua totalidade trabalhadores com actividades profissionais paralelas ao *Estágio Pedagógico* e devido à distância das residências de cada um. Algum deste funcionamento deficitário do NE reflectiu-se na não concretização de uma actividade no âmbito da Unidade Curricular referida em cima, que tinha sido planificada (sem estar projectada) e que se designava por “Hóquei em Patins e Patinagem em Contexto Escolar”. A sua não realização foi uma decisão conjunta do NE, por limitações temporais no 3º Período, mas também, na minha opinião, por desleixo e falta de preparação atempada.

Pessoalmente e enquanto membro do NE senti algumas resistências iniciais do GEF, que se encontrava organizado em pressupostos já muito enraizados na sua prática



lectiva. Tivemos (NE) de fazer um esforço de adaptação à proposta de trabalho vigente e a nossa condição de estagiários criou-nos dificuldades em contribuir para a tomada de decisão, ainda que estas “barreiras” não tenham feito com que nos colocássemos de parte, antes pelo contrário, participámos sempre na ajuda das actividades extra-estágio organizadas pelo grupo disciplinar.

Mesmo com todos estes problemas inerentes à falta de tempo e de organização, o NE conseguiu funcionar de uma forma correcta, houve distribuição de tarefas que posteriormente eram discutidas e aprovadas para a sua concretização como um todo, houve também colaboração de ideias e funções que levassem a uma construção coerente, objectiva, simples e eficaz de todos os instrumentos, projectos e relatórios apresentados.



4. Questões Dilemáticas

A imprevisibilidade dos momentos e o contexto em si, colocam-nos “entraves” que por vezes não conseguimos contornar, ainda que a adaptação tenha de ser realizada. Ao longo de todo o meu *Estágio* tive *dilemas* ao nível da minha Intervenção Pedagógica com os quais tive de lidar e que passo a apresentar, tendo em conta que me fizeram crescer e que me permitiram corrigir as dificuldades sentidas.

4.1 Blocos vs Etapas

De uma forma global, gostaria de ter implementado, ao longo do ano lectivo um estilo de ensino que previa o recurso à aprendizagem “massiva” e à aprendizagem “diferenciada”, utilizando diversos períodos de ambos os momentos em aula. Como foi explicado anteriormente neste documento, tal não foi possível, já que o modelo de rotação de espaços do CEF (primeiro espaço foi a sala de Ginástica) não permitiu a concentração das avaliações iniciais de todas as UD no início do ano lectivo. A incompatibilidade de um estilo de ensino por etapas pressupôs um regime de aprendizagem concentrada, apresentada no PEA. Esta situação revelou-se dilemática relativamente à ideia pré-concebida que tinha.

A integração no PEA dos resultados recolhidos pela avaliação diagnóstica revela-se fundamental para o processo de adequação ao envolvimento, aos interesses e às necessidades dos alunos e esta observação não foi colocada à consideração do GEF, pois os procedimentos enraizados são fortes e quase imutáveis. Ainda assim, não foi feita muita “força” para que tal viesse a acontecer, pois o NE optou também por trabalhar por *Blocos*.

4.2 Diferenciação Pedagógica

A realidade aceite de que não existem dois alunos iguais e que por esse facto não aprendem da mesma forma, revela-nos que a *diferenciação pedagógica* é fundamental para formular desafios de aprendizagem. Com base nesta verdade o NE optou por trabalhar constantemente em sistema de *diferenciação pedagógica*, até pelas



recomendações efectuadas pela orientadora de Faculdade, contudo a leccionação teve questões que se revelaram dilemáticas. Primeiro, a forma de apresentação da informação e do conteúdo aos alunos, respondendo às suas necessidades e à sua capacidade perceptiva. Em segundo lugar ao acréscimo de tempo dispendido inicialmente no período de instrução, facto que tentei contornar com a prescrição de exercícios decompostos na sua forma final para alunos de nível avançado e explicação detalhada de exercícios compostos para alunos de nível elementar. Por fim o maior dilema que se me deparou neste capítulo, que foi a compreensão por parte dos alunos do motivo de haver elementos a realizar uma tarefa e outros a realizar outra, sendo que existiram alguns alunos que revelaram expectativas mais altas do que as suas capacidades documentavam. Também houve o reverso, que foi uma avaliação inicial deficitária e a colocação de alunos em grupos de nível inferiores ao seu real valor, facto menos grave, dado que poderia ser ajustado o posicionamento num grupo de nível mais alto no decorrer da UD.

4.3 Processo Avaliativo

No processo de avaliação, surgiram questões dilemáticas que se prenderam sobretudo com as classificações dos alunos, e a estruturação dos momentos avaliativos. Como exemplo prático, surge a modalidade de Atletismo, que leccionei num “curto” 3º Período. Ao ter tido muito poucas aulas para abordar os conteúdos proclamados nos Protocolos de Avaliação Inicial e Sumativa nesta matéria (diversas interrupções lectivas, pelos mais variados motivos), tive dificuldades em ter credibilidade perante os alunos para os poder classificar, tendo em conta que apenas três aulas distaram desde a avaliação diagnóstica até à avaliação sumativa. Esta questão colocou-me problemas também na consecução do cumprimento de todo o protocolo de avaliação, tendo mesmo de deixar de fora a avaliação do salto em altura que, em função de se processar na sala de ginástica, impedia a utilização regular do material, tendo em conta que um outro professor do GEF se encontrava a ocupar o espaço, devida à rotação vigente.

Já nos testes de aptidão física, o facto de não se cumprir na íntegra o protocolo da bateria de testes para os elementos de flexibilidade, foi para mim um dilema que tive de



ultrapassar, pensando sempre que este poderia ser um aspecto a melhorar pelo grupo disciplinar. A realidade é que nos elementos de *flexibilidade de ombros* e principalmente no *senta e alcança* o protocolo não era cumprido (ex: no *senta e alcança* os alunos apenas tinham de ficar com os dois membros inferiores em extensão completa e agarrar a ponta dos pés com as mãos, fixando a posição durante 4 segundos, quando na realidade o teste se processa com um membro inferior em extensão e outro flectido sobre um banco, para tirar uma medida que dará ao aluno o posicionamento ou não na Zona Saudável de Aptidão Física). O facto de estes testes significarem 10% do valor da nota final do aluno em todos os períodos, deveria significar mais rigor no seu registo.

Por último, surgiu outro dilema, que se me deparou em termos de avaliação final, pois parece-me que os parâmetros de avaliação definidos pelo CEF se encontram excessivamente centrados no domínio psicomotor (60%), agregando ainda os testes de aptidão física (10%). Num contexto de secundário onde a nota final de EF entra na média final do aluno e para elementos com boas notas nas outras disciplinas, mas que apresentam maiores dificuldades na EF, este sistema revela-se um problema. Tive dificuldades em lidar com as classificações do domínio psicomotor, tendo em conta que não podia classificar os alunos com uma nota que fugisse completamente da realidade. Neste “quadro” entronca também o facto da nota do 1º período influenciar em 50% a nota do 2º período e o mesmo se passar com a nota deste último em relação ao 3º período, dado que, com esta realidade, tive de assumir uma postura calculista nas notas atribuídas nos dois primeiros e esse factor foi um dilema pois teve um condão inibitório.

4.4. Compromissos Profissionais vs Estágio

O sentido de responsabilidade com que desenvolvo a minha actividade profissional e as exigências que o Estágio me colocou ao nível do volume de trabalho, fizeram-me sentir “agastado” por não poder investir tanto na minha actividade profissional, em detrimento do *Estágio Pedagógico*. Esta opção foi analisada friamente e a certeza de que deixei trabalho por fazer no meu dia-a-dia é um dilema com que me tive de relacionar. A confiança de que o sacrifício pode ter valido a pena, lança a ideia que o investimento que fiz na minha formação pessoal deverá ser compensado no futuro.



5. Conclusões Referentes à Formação Inicial

A formação inicial confere uma atitude mais ou menos vincada perante novas situações que se nos deparam. Acredito que é sempre possível melhorar dado que a aprendizagem não termina quando completamos um ciclo de estudos, de formação ou de trabalho. Ao longo de toda uma Licenciatura fora do âmbito do *ensino* consegui perceber as limitações que os lobbies e o mercado de trabalho encerram, tendo tido um período de estagnação e conformismo, do qual não me consigo orgulhar. Ainda assim, decidi dar-me uma segunda oportunidade e avancei para um segundo ciclo de estudos no *Mestrado de Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário*, promovido pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, para me poder sentir bem comigo próprio e com as pessoas que gostam de mim e me rodeiam.

Este Mestrado permitiu-me nunca me conformar com a rotina, alcançar competências que me colocam hoje num patamar mais elevado do que há dois anos atrás, colmatar algumas questões formativas da minha actividade profissional, preencher lacunas no âmbito avaliativo e dar consistência ao corpo de conhecimentos que trazia da minha formação inicial.

Tendo tido um primeiro ano lectivo de Mestrado ao abrigo do estatuto de trabalhador-estudante, com uma distância significativa entre a minha área de residência (Benedita) e o local das aulas (Coimbra), bem como uma actividade profissional que iniciada no período da tarde, vi-me muitas vezes confrontado com a incompatibilidade de horários para poder frequentar as aulas do 1º e 2º Semestre deste Mestrado. Considero que esta foi uma lacuna bem latente ao nível da minha formação, com a agravante de vir de uma área formativa fora do âmbito do *ensino*, tal como já foi referido anteriormente, e nunca ter conseguido aproveitar realmente a partilha de ideias, de situações, de aprendizagens que pudesse aplicar no *Estágio Pedagógico*, considerando que parti para este em desvantagem, relativamente a muitos dos meus colegas estagiários. Esta minha convicção surge porque considero a prática, a confrontação, a observação, a evolução das aprendizagens e a abrangência cognitiva, as formas mais seguras e certas de se garantir qualidade no PEA, situações que não tive no 1º Ano de Mestrado.



5.1 Impacto do Estágio na Realidade do Contexto Escolar

Relativamente a este ponto, é importante perceber que o trabalho desenvolvido em grupo pelo NE teve como produto final a dinamização de duas actividades no âmbito da Unidade Curricular – *Projectos e Parcerias Educativas* que tiveram um impacto tremendo no seio da comunidade escolar e educativa do CEF. Primeiro o *Corta-Mato Interno CEF*, actividade organizada pelo NE e que mobilizou mais de trezentos alunos e professores para uma “mega-organização” com actividades paralelas, fazendo notar a nossa presença no seio escolar. Mobilizámos (NE) também as quatro turmas de estágio para a segunda actividade no âmbito da Unidade Curricular referida em cima, que foi o *Dia do Surf* e que proporcionou um dia magnífico, reconhecido nos questionários colocados aos alunos no final da actividade. Em suma, apesar de algumas dificuldades que tivemos para trabalharmos em conjunto, marcámos a diferença nestas situações e conseguimos qualidade nas organizações, apelando à atenção de toda a comunidade do CEF.

5.2 Prática Pedagógica Supervisionada

Num contexto de estágio em que novas aprendizagens são constantes, é fundamental o acompanhamento das aulas leccionadas, supervisionadas por outro professor. À partida para o Estágio não tinha noção da importância da observação de aulas, mas o acompanhamento constante de todas as sessões leccionadas por mim, por parte do orientador de escola e algumas delas pelos meus colegas do NE, permitiram-me confrontar ideias pré-concebidas que julgava serem as mais sensatas, tendo depois alterado o pensamento inicial, e ajustado em aulas seguintes, tentando não cometer os mesmos erros. Neste capítulo enquadro ainda as observações realizadas aos outros professores do GEF, fora do NE, que tiveram uma importância extrema, para perceber o nível de trabalho actual realizado na escola ao nível da EF. A importância das observações que fiz destas aulas convergiram para mais pontos negativos do que positivos em termos da qualidade do ensino, mas serviu essencialmente para que aprendesse com alguns dos erros cometidos.



De forma a promover a troca de ideias e aumentar a qualidade das aprendizagens, foi proposto ao NE, pelo orientador de escola, observações conjuntas de uma aula de cada professor estagiário, onde, individualmente, eram focados os pontos a discutir por cada um dos observadores e no final da aula havia uma confrontação de ideias sobre o trabalho desenvolvido pelo professor observado na sessão. Estas aulas de observação conjunta foram positivas para analisar os diferentes pontos de vista, mas nem sempre correram bem, pois as confrontações tornaram-se repetitivas e deixaram de fazer sentido ao fim de duas observações.

Para finalizar e no âmbito da expectativa que tinha em relação à formação inicial, identifiquei uma lacuna incontornável que foi o facto de não poder ter observado as aulas do orientador de escola, tendo em conta que as quatro turmas de estágio eram as únicas turmas ao seu encargo para 2010/2011. Penso que a possibilidade de observar as aulas leccionadas pelo elemento que supervisiona as minhas sessões enquanto estagiário, tinha sido uma experiência muito enriquecedora, não só para mim, como para todo o NE.

5.3 Experiência Pessoal e Profissional

Depois de muitos quilómetros entre Benedita e Fátima, na maioria das vezes com o pensamento embrenhado no Estágio, discutindo saudavelmente com o meu colega de “luta” e também estagiário, tive sempre a sensação de que estive sujeito a um grande desgaste, que teve repercussões na minha actividade profissional e na relação com a minha namorada, a minha família e os meus amigos, sentindo a distância que fui “cavando” para com eles, com uma falta de tempo consumidora que me afastou de quem me é mais próximo.

Ao longo da minha intervenção, no capítulo profissional, relativamente aos alunos da minha turma do 12ºB do CEF, julgo ter sido uma influência positiva para eles, mantendo sempre uma postura tranquila, que fui construindo ao longo do tempo, apaziguando conflitos e aprendendo muito com estes. A utilização da *diferenciação pedagógica* como “instrumento” primordial na consecução do PEA não criou grandes conflitos e foi de encontro aos objectivos proclamados no PIF. Procurei encontrar



respostas criativas e adequadas para os alunos, mas nem sempre o consegui, umas vezes pela minha inexperiência, outras mesmo pelo cansaço acumulado.

A relação profissional e séria que mantive com os colegas do NE, e orientadores de Escola e de Faculdade teve o condão de me ajudar a melhorar a minha prática pedagógica e apesar de nem sempre o grupo de trabalho ter funcionado de forma harmoniosa, penso que as dificuldades e obstáculos que iam surgindo, fizeram-nos crescer enquanto grupo e enquanto indivíduos, complementando as nossas expectativas e a formação com que deixamos este estágio.

Por fim, não posso finalizar sem deixar transparecer, no capítulo pessoal, as relações de proximidade que mantive com o orientador de escola e os colegas de estágio, que me permitiram ter a ideia de seguir em frente sem nunca desistir, bem como com os meus alunos do 12ºB, com o qual mantive uma relação séria, de respeito e com uma afectividade pessoal, que considero acima da média, tendo como expoente máximo o reconhecimento que fizeram do meu trabalho e do auxílio que lhes prestei ao convidarem-me para jantares de turma e para o jantar de fim de ano. Sinto-me orgulhoso pelo testemunho que passei, por sentir que fiz algo de diferente do habitual, que lhes tocou e também pelas aprendizagens que realizei com todos os vinte e um alunos que tive ao meu encargo.



Conclusão

De uma forma mais informal, termino este estágio com a certeza do dever cumprido. As experiências e aprendizagens vividas ao longo do ano lectivo, resultam de um elevado número de manifestações positivas, tanto ao nível dos resultados dos alunos, como ao nível do meu desempenho enquanto docente e ainda no contexto das relações pessoais.

A minha inexperiência na área do ensino da EF a este nível, dificultou um pouco o “trilho” seguido ao longo do estágio, ainda que não tenha vindo de uma área completamente distinta e pudesse ter adaptado muitas das referências que tinha das aulas de grupo e do treino. Por outro lado, as reflexões diárias permitiram mudar o meu ponto de vista relativamente às situações prescritas e os conselhos do orientador de escola, de faculdade e dos meus colegas estagiários permitiram melhorar a qualidade da minha intervenção a todos os níveis, mecanizando alguns momentos e inovando outros. A confrontação da minha realidade com outros pontos de vista, permitem-me concluir que deixo o estágio com todos os meus processos alterados e melhorados, comparado com o início desta fase da minha formação profissional.

Com papel fundamental em todo o percurso que desenvolvi ao longo do ano lectivo 2010/2011, não posso deixar de enaltecer o apoio prestado por todo o NE que, apesar das suas limitações ao nível do trabalho de grupo, esteve presente para me poder auxiliar, não esquecendo também o enorme apoio prestado pelo orientador de escola, o Professor Luís Morgado, na observação e análise crítica de todas as sessões que ministrei e ao GEF do CEF por toda a disponibilidade que patenteou. Agradecimento também para a orientadora de Faculdade a Dr^a Elsa Silva que, nas suas supervisões, teve conselhos precisos para que pudesse melhorar a minha conduta no PEA.

Valeu a pena o investimento realizado por mim em termos do incremento de qualidade da minha docência. A relação com que fiquei com os meus alunos do 12ºB do CEF, que foram inexcedíveis e mostraram grande capacidade de assimilação dos conteúdos, bem como um respeito e uma conduta acima daquilo que esperava inicialmente foram prova de tudo o que referi anteriormente, sendo esses laços afectivos que realmente contam.



Referências Bibliográficas

- Bento, J. (1998) *Planeamento e avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte, 2ª ed.;
- Coelho, M. (2010) *Textos de Apoio da disciplina Administração Escolar, do mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário*. Coimbra: FCDEF-UC;
- Costa, M., & Costa, A. (2007). *Educação Física 10º/11º/12º*. Porto: Areal Editores;
- Luís, A. (2010) *Dossier do Estágio Pedagógico CEF para 2010/11*. Coimbra: FCDEF - UC;
- Ministério da Educação, (2002). *Programa Nacional de Educação Física do Ensino Básico e Secundário*. Lisboa: DGEBS;
- Mota, J. (1989) *As funções do feedback pedagógico*. Lisboa: Horizonte, v.6, n.31, p.23-26, mai./jun.;
- Regulamento Interno do Centro de Estudos de Fátima, revisto em Julho de 2008;
- Rosado, A. & Colaço, C. (2002) *Avaliação das Aprendizagens, fundamentos e aplicações no domínio das actividades físicas*. Lisboa: Omniserviços;
- Silva, E. et al (2010) - *Guia das Unidades Curriculares do 3º e 4º Semestres*. Coimbra, FCDEF – UC;
- Sousa, R. (2010) *Relatório de Estágio*. Coimbra: FCDEF-UC.



Anexos

Anexo 1 - Planificação Anual;

Anexo 2 - Planificação por Período;

Anexo 3 - Modelo de Plano de Aula;

Anexo 4 – Classificação da Avaliação Diagnóstica por Modalidade.



Planificação Anual

Conteúdos		APRESENTAÇÃO	FITNESSGRAM	GINÁSTICA DESPORTIVA	FUTSAL	BASQUETEBOL	NATAÇÃO	VOLEIBOL	BADMINTON	ATLETISMO	ORIENTAÇÃO	TESTE ESCRITO	AV. INICIAL	AV. SUMATIVA	AUTO-AVAL.	TOTAL
1º PERÍODO	E 5	13 Set\8 Out Calendarização	1 14	1 17	3 24,28,1								1 21	1 8		7
	E 1	11 Out\29 Out Calendarização			4 15, 19,22,26								1 12	1 29		6
	E 2	2 Nov\19 Nov Calendarização					4 5,9,12,16						1 2	1 19		6
	E 3	22 Nov\17 Dez Calendarização		1 14					3 26,30,3			1 10	1 23	1 7	1 17	8
2º PERÍODO	E 4	3 Jan\21 Jan Calendarização						3 11,14,18					1 4	1 21		5
	E 5	24 Jan\11 Fev Calendarização			4 28,1,4,8								1 25	1 11		6
	E 1	14 Fev\11 Març Calendarização				4 18,22,25,1							1 15	1 11		6
	E 2	14 Març\8 Abril Calendarização		1 29			4 15,18,22, 25					1 1		1 5	1 8	8
3º PERÍODO	E 3	26 Abril\13 Maio Calendarização								4 29,3,6,10			1 26			5
	E 4	16 Maio\9 Junho Calendarização		1 27		1 3				2 17,20		1 31		1 24	1 7	7



Planificação por Período

	1º Período																								12º B					
Meses	Setembro/Outubro – 1ª Rotação							Outubro – 2ª Rotação						Novembro – 3ª Rotação						Nov./Dez. – 4ª Rotação										
Dia	14	17	21	24	28	1	8	12	15	19	22	26	29	2	5	9	12	16	19	23	26	30	3	7	10	14	17			
Nº Aula	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27			
Espaço	Espaço 5 – Sala de Ginástica							Espaço 1 - Pavilhão						Espaço 2 - Piscina						Espaço 3 - Pavilhão										

Aula	Espaço 5 – Sala de Ginástica (UD1)	Aula	Espaço 1 – Pavilhão (UD2)	Aula	Espaço 2 – Piscina (UD3)	Aula	Espaço 3 – Pavilhão (UD4)
1	Apresentação	8	Av. Inicial – Futsal	14	Av. Inicial – Natação	20	Av. Inicial – Badminton
2	Testes de Aptidão Física – Fitnessgram	9	Gestos Téc./Táct (Jogos Reduzidos 3x3)	15	Técnicas de Crol e Costas	21	Gestos Téc (Clear e Lob) SJ (1x1)
3	Av. Inicial - Ginástica	10	Gestos Técnico/Tácticos (Jogos Reduzidos 3x3)	16	Técnica de Crol,Partidas\Viragens	22	Gestos Tec (Drive,Remate Amorti)
4	Ginástica de Solo (Rolamentos e AFI)	11	Gestos Técnico/Tácticos (Jogos Reduzidos 3x3)	17	Técnica de Costas,Partidas\Viragens	23	Situação Jogo (1x1 e 2x2)
5	Ginástica de Solo (Rolamentos, AFI, roda, rodada e elementos de equilíbrio)	12	Gestos Técnico/Tácticos (Situação de jogo 5x5)	18	Técnica de Bruços,Partidas\Viragens	24	Avaliação Sumativa
6	Ginástica de Solo (Rolamentos, AFI, roda, rodada e elementos flexibilidade)	13	Avaliação Sumativa	19	Avaliação Sumativa	25	Teste Escrito
7	Avaliação Sumativa					26	Testes de Aptidão Física – Fitnessgram
						27	Auto-Avaliação



	2º Período																											12º B			
Meses	Janeiro – 5ª Rotação						Janeiro/Fevereiro – 6ª Rotação						Fevereiro/Março – 7ª Rotação						Março/Abril – 8ª Rotação												
Dia	4	7	11	14	18	21	25	28	1	4	8	11	15	18	22	25	1	4	11	15	18	22	25	29	1	5	8				
Nº Aula	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54				
Espaço	Espaço 4 – Pavilhão						Espaço 5 – Sala de Ginástica						Espaço 1 – Pavilhão						Espaço 2 – Piscina												

Aula	Espaço 4 – Pavilhão (UD5)	Aula	Espaço 5 – Sala de Ginástica (UD1)	Aula	Espaço 1 – Pavilhão (UD6)	Aula	Espaço 3 – Piscina (UD3)
28	Av. Inicial – Voleibol	34	Ginástica de Solo e Aparelhos (Elementos de transição no solo e salto de eixo)	40	Av. Inicial – Basquetebol	47	Técnica de Bruços, Saltos de Cabeça
29	Gestos Téc./Táct de passe (Jogos Reduzidos/Jogo Formal)	35	Ginástica de Solo e Aparelhos (Sequência solo e salto entre-mãos)	41	Gestos Téc./Táct de passe (Jogos Reduzidos/Jogo Formal)	48	Técnica de Bruços, Partidas
30	Gestos Téc./Táct de manchete (Jogos Reduzidos/Jogo Formal)	36	Ginástica de Solo e Aparelhos (Sequência solo, salto de eixo e entre-mãos)	42	Gestos Téc./Táct de drible e lançamento (Jogos Reduzidos/Jogo Formal)	49	Técnica de Bruços e Mariposa, Viragens
31	Gestos Téc./Táct de serviço (Jogos Reduzidos/Jogo Formal)	37	Ginástica de Solo e Aparelhos (Sequência solo, salto de eixo e entre-mãos)	43	Gestos Téc./Táct de ocupação do espaço ofensivo (Jogos Reduzidos/Jogo Formal)	50	Técnica de Bruços e Mariposa, Partidas/Viragens
32	Gestos Téc./Táct de remate (Jogos Reduzidos/Jogo Formal)	38	Ginástica de Solo e Aparelhos (Sequência solo, salto de eixo e entre-mãos)	44	Gestos Téc./Táct de ocupação do espaço defensivo (Jogos Reduzidos/Jogo Formal)	51	Avaliação Sumativa
33	Avaliação Sumativa	39	Avaliação Sumativa	45	Gestos Téc./Táct de transições (Jogos Reduzidos/Jogo Formal)	52	Teste Escrito
				46	Avaliação Sumativa	53	Testes de Aptidão Física – Fitnessgram
						54	Auto-Avaliação



	3º Período						12º B					
Meses	Abril/Maio – 9ª Rotação						Maio/Junho – 10ª Rotação					
Dia	26	29	3	6	10	17	20	24	27	31	3	7
Nº Aula	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65
Espaço	Espaço 3 - Pavilhão						Espaço 4 - Pavilhão					

Aula	Espaço 3 – Pavilhão (UD7)	Aula	Espaço 4 – Pavilhão (UD7)
54	Avaliação Inicial – Atletismo	59	Corrida de Velocidade (manutenção e perda da velocidade) Salto em Comprimento (corrida de balanço, chamada, voo) Corrida de Barreiras (partida e aproximação à primeira barreira)
55	Visita de Estudo “I Fórum Internacional das Ciências da Educação Física” - Coimbra	60	Corrida de Estafetas (transmissão do testemunho) Salto em Comprimento (corrida de balanço, chamada, voo e queda) Corrida de Barreiras (passada entre barreiras e corrida até à meta)
56	Actividade: “Dia do Surf”	61	Avaliação Sumativa - Atletismo
57	Actividade: “Dia do Surf”	62	Fitnessgram (Teste de Aptidão Aeróbia)/Torneio de Modalidade Colectiva
58	Corrida de Velocidade (partida, aquisição de velocidade) Salto em Comprimento (corrida de balanço, chamada) Corrida de Barreiras (avaliação de distâncias entre barreiras)	63	Prova Escrita/Fitnessgram (Testes de Aptidão Física)
		64	Semana CEF
		65	Auto-Avaliação



Modelo de Plano de Aula

ANO/TURMA /NÍVEL: 12º F - NÍVEL AVANÇADO		DATA: __/__/20__	HORA:	DURAÇÃO:	TEMPO ÚTIL:
ESPAÇO:	AULA N.º:	Nº DE AULA DA UD:	N.º ALUNOS:	PERÍODO:	
UNIDADE DIDÁCTICA:		FUNÇÃO DIDÁCTICA:		PROFESSOR:	
OBJECTIVOS:					
RECURSOS MATERIAIS:					
TEMPO		TAREFA/SITUAÇÃO DE APRENDIZAGEM	ESTRATÉGIAS DE ORGANIZAÇÃO	OBJECTIVOS ESPECÍFICOS / COMPONENTES CRÍTICAS	ESTILO ENSINO
⌚	Par.				
Parte Inicial					
		Entrada dos alunos Explicação dos conteúdos e objectivos da aula Aquecimento Exercício	Alunos encontram-se ... <i>Espaço:</i> <i>Material:</i> <i>Número:</i> <i>Orgânica:</i>	<i>Objectivo:</i> <i>Componentes Críticas:</i>	
Parte Fundamental					
		Instrução Jogo...	Alunos encontram-se ... <i>Espaço:</i> <i>Material:</i> <i>Número:</i> <i>Orgânica:</i>	<i>Objectivos:</i> <i>Componentes Críticas:</i>	
Parte Final					
		Alongamentos Balanço da aula Arrumação Material Higiene pessoal	Os alunos ... Alunos arrumam o material, enquanto os restantes recolhem ao balneário.	Voltar ... Regressar aos balneários.	



Classificação da Avaliação Diagnóstica por Modalidade

	Modalidade / Conteúdos						
	Ginástica de Solo e Aparelhos	Futsal	Badminton	Natação	Voleibol	Basquetebol	Atletismo
Alunos							
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
8.							
9.							
10.							
11.							
12.							
13.							
14.							
15.							
16.							
17.							
18.							
19.							
20.							
21.							
22.							
23.							